

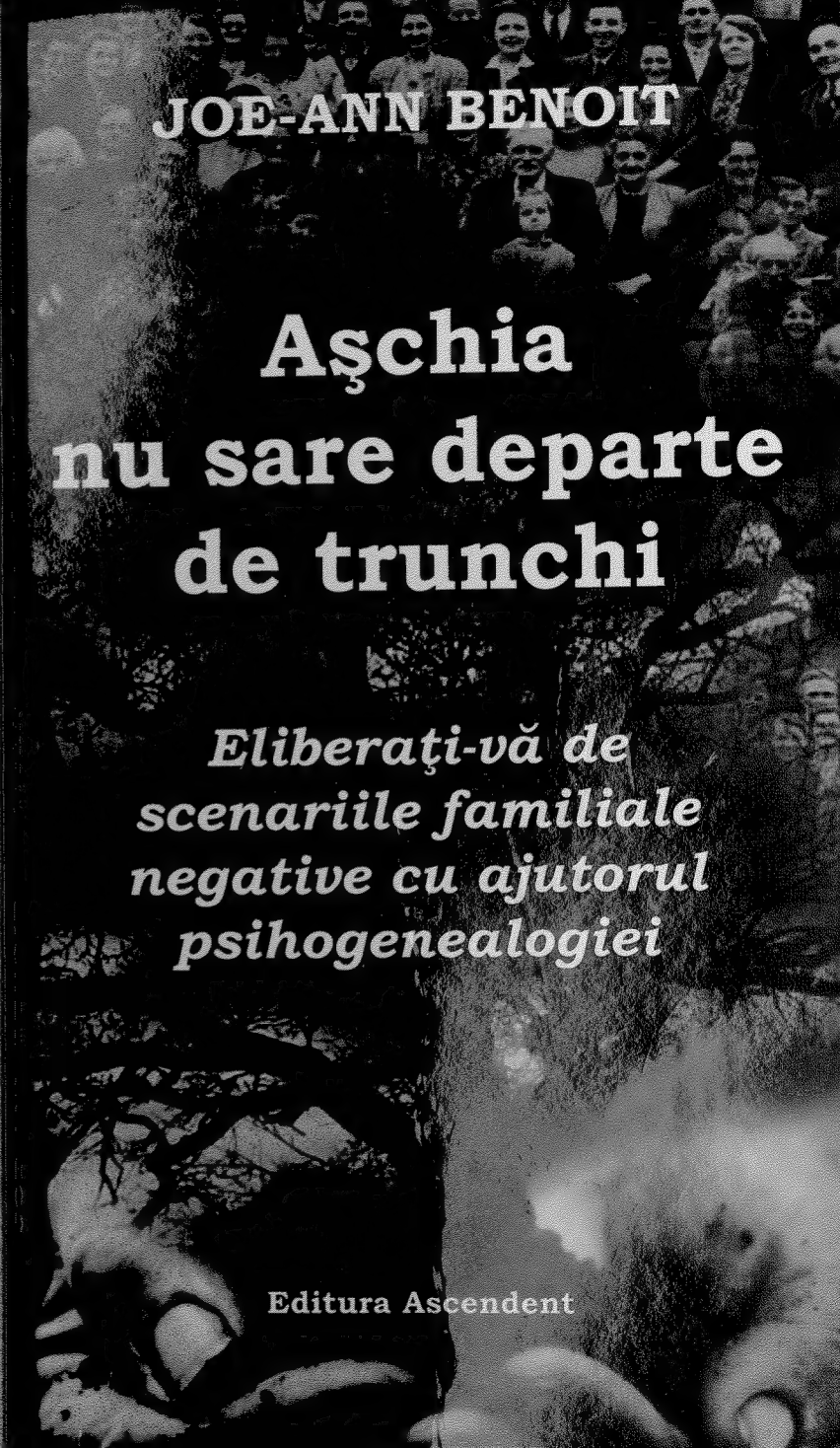
Am observat că numeroase probleme se repetă din generație în generație în interiorul unei familii. Repetițiile pot fi legate de dificultăți în sfera profesional-financiară, de dependențe de tot felul, de boli psihosomatice, de cazuri de incest, crime, accidente etc. Cu nu foarte mult timp în urmă, o nouă abordare terapeutică a început să prindă teren: psihogenealogia, care are de a face, în egală măsură, atât cu psihologia, cât și cu genealogia. Această nouă abordare oferă o înțelegere mai profundă a familiei din care facem parte și ne ajută să conștientizăm impactul pe care familia îl are asupra întregii noastre vieți. Totodată, ne permite să învățăm cum să punem capăt repetițiilor familiale negative și cum să depășim obstacolele care ne împiedică să fim noi înșine, cu adevărat.

Autoarea

ISBN 978-973-1859-35-4



www.edituraascendent.ro
office@edituraascendent.ro



JOE-ANN BENOIT

Așchia nu sare departe de trunchi

***Eliberați-vă de
scenariile familiale
negative cu ajutorul
psihogenealogiei***

Editura Ascendent

JOE-ANN BENOIT

**Așchia
nu sare departe
de trunchi**

***Eliberați-vă de
scenariile familiale
negative cu ajutorul
psihogenealogiei***

Editura Ascendent

Benoit, Joe-Ann
Plus ça change, plus c'est pareil

© 2008, Les éditions Quebecor
Une compagnie de Quebecor Media
7, chemin Bates
Montréal (Québec) Canada
H2V 4V7

Editor: Clara Toma
Coperta și tehnoredactare: Magda Căpraru

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

BENOÎT, JOE-ANN

**Așchia nu sare departe de trunchi : eliberați-vă de
scenariile familiale negative cu ajutorul
psihogenealogiei** / Joe-Ann Benoit ; trad.: Doina Anghel. -
București : Ascendent, 2009

ISBN 978-973-1859-35-4

I. Anghel, Doina (trad.)

159.9

Toate drepturile aparțin Editurii Ascendent.
Reproducerea integrală sau parțială, sub orice formă,
a textului din această carte este posibilă
doar cu acordul scris al Editurii Ascendent.

Copyright©2009 Editura Ascendent
www.edituraascendent.ro
E-mail: office@editura ascendent.ro

INTRODUCERE

„Cu cât lucrurile se schimbă mai mult, cu atât mai mult rămân la fel”, spune înțelepciunea populară. Am observat cu toții faptul că există numeroase „modele” care se repetă din generație în generație, asemenea unui efect de domino. Este vorba despre repetiții legate de dificultăți cu privire la prosperitatea financiară, la dependențe, la boli psihosomate, incest, crime, accidente, sinucideri etc. Este ca și cum fiecare familie ar fi urmărită de o anumită situație. Unele aspecte sunt fericite, precum transmiterea unor talente sau a unor situații benefice. Altele însă sunt nefaste și distructive, într-atât încât uneori par ghinioane care pun stăpânire pe acea familie și se transmit din generație în generație.

De exemplu, în celebra familie Kennedy, situația care se repetă, de câteva generații încoace este cea a morții tragice și premature. Cât despre familia regală, de Monaco, în cazul ei se repetă istoriile legate de iubirile nefericite și complicate. Viața cântăreței Barbara a fost marcată de incest. Maria Callas a încercat toată viața să repare lipsa respectului de sine, perpetuată în familia ei.

Cu siguranță cunoașteți și voi înșivă exemple din diverse familii. Există familii care sunt atinse, de mai multe generații, de o anumită boală psihosomatică. Alte familii trec prin pierderea unui copil, decese premature sau sinucideri.

Există repetiții care sunt legate de partea financiară: certuri legate de moștenire, situații de faliment, dificultatea de a dobândi un anumit statut social. De asemenea, problemele de sănătate afectează numeroase familii, poate chiar toate familiile. Un caz foarte frecvent este cel al familiilor în care există mai multe persoane care suferă de depresie, în fiecare generație.

Cum se poate explica acest efect de cascadă, din generație în generație? Biologia ne învață că moștenim de la predecesorii noștri caracteristicile fizice și predispoziția spre anumite boli și afecțiuni. De exemplu, nuanța roșcată a părului tău, poate proveni de la străbunicul tău, care avea părul roșcat, iar astmul poate veni de la mama ta. Transmiterea acestor lucruri are la bază cromozomii din celulele noastre, iar știința

poate demonstra toate mecanismele prin care se transmit. Numeroși cercetători susțin de asemenea faptul că moștenim un bagaj psihic de la strămoșii noștri. Această transmitere ar fi fondată pe inconștientul clanului familial, cu care intră în contact inconștientul individual al fiecărui membru al familiei. Astfel, cunoașterea moștenirii noastre psihice ne poate ajuta să înțelegem motivațiile profunde care ne fac să acționăm și să intervenim atunci când nu mai dorim să repetăm anumite situații.

Această abordare terapeutică, deschisă spre legăturile cu strămoșii noștri, este legată atât de genealogie cât și de psihologie și se numește psihogenealogie. De mai bine de douăzeci de ani, psihologii, psihanaliștii, psihoterapeuții și alți specialiști au studiat transmiterea problemelor de natură psihologică, de la o generație la alta și au pus în evidență existența unui inconștient familial, care leagă inconștientul individual de ceea ce Jung numea inconștientul colectiv. Cea care a făcut munca de pionierat în acest domeniu a fost Anne Ancelin-Schützenberger, care și-a publicat sinteza cercetărilor sale în lucrarea *Strămoșii mei*. Apoi alți cercetători, precum Alexandro Jodorowsky, Chantal Rialland, Serge Tisseron, Elisabeth Horowitz, Vincent de Gaulejac, Moreno și mulți alții au contribuit la nașterea psihogenealogiei. Au descoperit faptul că, multe dintre alegerile noastre, fie că este vorba despre cele profesionale sau sentimentale, sunt influențate de ceea ce au trăit strămoșii noștri. Copilul care se naște este în contact cu memoria clanului familial, cu cea a strămoșilor săi din generațiile din ambele linii parentale. Cu toții avem o moștenire psihică și un bagaj genetic. Trecutul interacționează cu prezentul, iar prezentul influențează viitorul. Suntem o verigă din lanțul generațiilor, legat fizic prin gene și pe plan psihic, prin inconștientul familial.

Acest lucru nu înseamnă însă că suntem condamnați să re trăim traumele strămoșilor noștri. Așa cum putem controla unele moșteniri pe plan fizic (de exemplu, pot preveni apariția unui diabet printr-o alimentație corectă, dacă știu că am o predispoziție față de această boală), în timp ce ne obișnuim cu altele (nu îmi pot schimba statura), există totodată un determinism și un liber arbitru în moștenirea noastră psihică.

Cheia pentru a ne recâștiga libertatea de acțiune și de a ieși din modelele nefaste este conștientizarea repetițiilor care apar în viața noastră, decodarea și dezactivarea acestora. Acest demers ne va ajuta mai întâi să ne cunoaștem mai bine, pentru ca viața noastră să exprime tot mai mult ceea ce suntem cu adevărat. Cu cât ne apropiem mai mult de ceea ce este profund în noi, cu atât mai mult va căpăta viața noastră un sens. De asemenea, ne poate ajuta să „curățăm”, pentru strămoșii noștri, transmiterile nefaste. De exemplu, dacă într-o familie se repetă episodul sinuciderii, adică putem regăsi în fiecare generație unul sau mai multe cazuri de sinucidere, prin abordarea psihogenealogică este posibil să prevedem cine este cel mai expus riscului de a fi atins de o astfel de problemă, în jurul cărei vârste, iar apoi să deprogramăm transmiterea și să facem în așa fel încât repetiția, în cazul acesta sinuciderea, să nu se producă. Poate părea incredibil, dar este posibil acest lucru, prin intermediul psihogenealogiei.

Cu toții vrem să fim fericiți, să fim sănătoși, prosperi din punct de vedere material și să avem o viață sentimentală reușită. Pe scurt, să ne împlinim! Psihogenealogia ne ajută să înțelegem altfel familia și impactul ei asupra vieții noastre, precum și să găsim soluții la obstacolele care ne împiedică să fim pe deplin noi înșine.

Datorită psihogenealogiei puteți să vă descoperiți familia așa cum nu ați văzut-o niciodată!

Menționăm că toate mărturiile provenite de la persoane care nu sunt publice, au fost modificate pentru a păstra confidențialitatea și anonimatul.

CAPITOLUL 1

LEGILE PSIHICE

Începând cu Freud admitem faptul că spiritul nostru conține o parte numită „conștient” și o altă parte, numită „inconștient”. Conștientul este definit ca fiind partea psihicului care organizează datele transmise de simțuri și de memoria noastră, într-o cunoaștere imediată pe care fiecare o are asupra existenței proprii, asupra actelor sale și a mediului exterior. Când creierul lucrează cu conștientul, individul știe ce se întâmplă, poate cunoaște evenimentele, își dă seama de ele. Se poate distinge de asemenea și o conștiință spontană, prin care doar înregistrăm ceea ce se întâmplă în noi și în afara noastră și conștiința gândită – sau gândirea – care desemnează întoarcerea -sau gândirea- spiritului nostru asupra lui însuși. Conștientul este în repaos în timpul somnului sau al reveriei în stare de veghe. Nu este întotdeauna activ.

Cât despre inconștient, este partea psihicului care cuprinde toate cunoștințele noastre, toate amintirile noastre – uitate sau nu- dorințele noastre și toate lucrurile refulate în afara stării conștiente. Este o memorie comparabilă cu cea a unui calculator. Cu diferența că această rezervor nu este inactiv! Când creierul lucrează cu inconștientul, folosește arhetipuri, imagini simbolice, mesaje codificate, precum visele, care nu pot fi controlate de către individ. Conștientul și inconștientul nu sunt lipite unul de altul: există un continuu schimb de informații între ele. La fel ca în fizică, „nimic nu se creează, nimic nu se pierde”. Traumatismele și nedreptățile suferite creează un dezechilibru și caută o reparare. Anne Ancelin vorbește, referitor la acest aspect, despre o mare carte de povești familiale inconștiente, care încearcă mereu să restabilească echilibrul, datorită unei fidelități invizibile care îi face pe urmași, fie că își dau seama, fie că nu, fie că vor sau nu, să repare tarele trecutului.

Astfel, inconștientul compensează tot timpul conștientul: acesta este rolul său principal. Astfel, echilibrul individului este

salvat prin interacțiunea dintre inconștient și conștient. Inconștientul este în același timp mai vast decât conștientul. Adeseori este comparat cu partea scufundată a icebergului. Sentimentele noastre și comportamentele care decurg din ele se supun acestei instanțe. În vechime, forțele întunecate sau luminoase păreau că vin de undeva din exterior, din partea demonilor sau a zeilor. Una dintre marile descoperiri științifice din epoca noastră ar putea fi aceea că, forțele obscure se află în noi. Inconștientul conține o energie care poate fi canalizată atât într-un sens pozitiv cât și într-un sens negativ. Cât despre conștient, nu reprezintă decât 10% din informația disponibilă, asemenea vârfului vizibil al icebergului.

Freud afirma că nu cunoaștem întotdeauna motivațiile profunde ale actelor noastre. Adeseori acționăm în mod automat, fără să înțelegem de ce: de exemplu, anumite persoane trăiesc o depresie, într-o perioadă precisă, în fiecare an, fără a avea un motiv întemeiat. De obicei se poate găsi un element declanșator în trecutul familiei, un motiv care continuă să fie activ în inconștientul familial, atâta timp cât nu s-a reparat traumatismul inițial. Conflictul conștient-inconștient transformă spiritul într-o adevărată dinamică psihică, adică, există un raport constant între forțele antagonice pe care le reflectă acțiunile noastre și prin extensie, întreaga noastră viață. De fapt, inconștientul este mereu activ, nu se deconectează nici măcar în timpul somnului. Din contră, profită de somn pentru a face ordine în arhivele lui! De aceea, atunci când ne dăm o autosugestie conștientă, în momentul dinainte de a adormi, creierul răspunde. Astfel, ni s-a întâmplat tuturor să ne comandăm să ne trezim la o oră neobișnuită și chiar să ne trezim la acea oră! Sau să căutăm soluția pentru o problemă și să o găsim, în momentul în care ne trezim. În sens invers, inconștientul transmite mesaje codificate conștientului, prin intermediul viselor, al actelor ratate, prin *lapsus* sau prin somatizări. Pentru a le înțelege semnificația, trebuie să învățăm să interpretăm acest gen de comunicare.

Se pot distinge două forme de inconștient: inconștientul personal și inconștientul colectiv. Inconștientul personal provine din conținuturile psihice care nu privesc decât problemele și aspectele proprii individului. Inconștientul

colectiv, descoperit de către Carl Jung, este o formă mai dezvoltată a inconștientului, în care se adună inconștientul indivizilor unui grup.

Astfel, inconștientul familial reprezintă suma tuturor experiențelor și cunoștințelor acumulate de către clanul familiei, asemenea unui album cu amintiri de familie. Se poate vorbi despre inconștientul unui popor anume sau despre un inconștient colectiv general, în care s-au adunat toate conținuturile de la crearea omului încoace.

Astfel, inconștientul colectiv deține o cunoaștere și o putere extraordinare! Cu siguranță, ceea ce este cel mai dificil, pe planul dezvoltării personale, este conștientizarea inconștientului nostru și a rolului pe care acesta îl joacă în emoțiile și în comportamentele noastre. Această conștientizare necesită cunoașterea resurselor inconștientului, scoaterea acestora la suprafață printr-o muncă metodică, identificarea lor și conștientizarea lor treptată. Este o muncă asemănătoare cu cea a unui arheolog: acesta își continuă riguros săpăturile, etichetează toate pietrele pe care le găsește, toate obiectele, identificabile sau nu și, treptat, reconstituie fundațiile unui oraș și dezvăluie misterele vieții cotidiene a ființelor care au trăit acolo... Este o muncă de o viață... care devine chiar sensul vieții.

Carl Jung spunea: „Cea mai importantă sarcină a omului ar trebui să fie (...) conștientizarea a ceea ce, provenind din inconștient, apare și i se relevă, în loc să rămână inconștient sau să se identifice cu acel lucru.”

Inconștientul familial ne transmite așadar o moștenire psihică care ne conduce, atunci când nu este conștientizată, spre un destin particular (destinație, direcție...). Dar cum se produce transmiterea? Majoritatea autorilor sunt preocupați mai puțin de modul în care se face transmiterea și mai mult de analiza repercursiunilor acesteia. Conform lui Jung, inconștientul colectiv este cel care pune lucrurile în mișcare. De altfel, Jung spunea: „Ceea ce nu ajunge la nivelul conștiinței, se întoarce sub formă de destin.” Lacan vorbește despre „un punct de vârf”, o acumulare de cunoștințe din care țâșnește până la urmă un sens. Moreno vorbește despre co-conștient familial sau de grup. Rupert Sheldrake emite ipoteza unor depuneri în psihic. Pentru Alain de Mijola este vorba mai degrabă despre fantasme

de identificare inconștiente, a căror origine se află în marele rezervor conștient și inconștient al copilăriei.

Hamer afirmă că totul funcționează conform legilor biologicului. Conform ipotezei lui, creierul, acest calculator ultraperformant, nu are decât un scop: să asigure supraviețuirea! Când apare un stres puternic, creierul îl înregistrează ca mesaj „pericol pentru supraviețuire” și caută o soluție. Boala și celelalte tipuri de repetiții sunt soluții perfecte pentru a evita un stres fatal, este expresia unui conflict real, imaginar sau virtual. Toate evenimentele sunt înmagazinate în memoria celulară și trec din creier în creier, de la o generație la alta, atâta timp cât nu s-a găsit o soluție. A observat faptul că, chiar și animalele au acest spirit al ierarhiei familiale. Alți specialiști vorbesc despre proiecții sau despre memorie identitară.

Cu toții subliniază existența unui sistem comunitar. Unii obiectează din cauză că evenimentele înregistrate sunt prea anecdotice pentru a fi posibilă stabilirea unei teorii, oricare ar fi ea. Dar să nu uităm faptul că, psihanaliza s-a născut din câteva cazuri clinice atent observate, minuțios descrise și devenite apoi modele.

În concluzie, încă nu avem un răspuns satisfăcător cu privire la acest subiect. Nu avem nicio explicație medicală, paramedicală sau științifică a transmiterii transgeneraționale. Există cercetări multidisciplinare care au legătură în același timp cu sociologia, etnologia, psihanaliza, biologia, genetica, matematica, statistica, fizica cuantică, etologia animală și umană, precum și cu descoperirea noilor neurotransmițători, care ne vor ajuta fără îndoială să descifrăm mai bine felul în care se produce comunicarea între indivizi și între generații.

CAPITOLUL 2

PROGRAMELE GENEALOGICE

Un program informatic este un ansamblu de date codificate astfel încât să obțină un anumit rezultat în mașina care îl face să funcționeze. Program înseamnă un lucru „scris dinainte”, care conține o intenție care are ca scop punerea în acțiune. „Un program genealogic” este uneori pus în practică de către ascendenți, precum în cazul proiectului parental, prin atribuirea unui prenume și a unor credințe familiale sau este stabilit în mod spontan în urma unui sau mai multor traumatisme, care apoi vor desemna anumiți descendenți, în rolul de a repara acele răni. Dar, cel mai adesea, tentativele de reparare rămân inconștiente, eșuează și se soldează cu repetarea acelei probleme.

Eva, la 30 de ani, trăiește o relație dificilă și tensionată, cu mama ei, de la vârsta de 12 ani. Nu reușește să își amintească un eveniment concret care a declanșat această situație, dar simțământul ei este limpede: la vârsta de 12 ani s-a produs o ruptură bruscă și are impresia că atunci și-a pierdut mama. Studiindu-și genograma a făcut o legătură spontană și și-a amintit faptul că, atunci când avea 12 ani, mama ei și-a pierdut propria sa mamă. Programul stabilit de mama ei era deci: „Când fiica mea va avea 12 ani, există riscul că voi muri și eu. Pentru a bloca acest program, se îndepărtează de fiica ei.

Un program pe care îl putem observa des este următorul: atunci când moare un ascendent din familie, în aceeași perioadă se produce concepția unui viitor copil. Această „întâmplare” nu urmărește decât să continue procesul vieții și să compenseze echilibrul forțelor vitale. Identitatea copilului poate avea o legătură cu aceea a ascendentului decedat. De exemplu, se poate întâmpla ca acel copil să aibă „misiunea” de a-l înlocui pe ascendentul dispărut, posibilitate cu atât mai puternică cu cât copilul are același sex și primește același prenume.

Efectul proiectului parental asupra traiectoriei vieții

Purtăm asupra noastră programe interioare, în funcție de trecutul nostru familial. Aceste programe interioare se declanșează la vârste precise sau în situații care reactivează prima injuncție. Totul se întâmplă, din nou, într-un mod total inconștient. Faptul de a cunoaște aceste programe ne ajută să le anticipăm și să le deconectăm dacă sunt nefaste sau dăunătoare pentru dezvoltarea celui care le poartă. Prima formă de program genealogic este proiecția făcută de către părinți asupra copiilor lor, adeseori chiar înainte de concepția copilului. Proiectul parental pune în evidență intențiile care au existat, în mintea părinților noștri, înainte de concepția și de nașterea noastră. În ce context m-am născut? De ce am fost conceput? În ce loc? În ce moment? Părinții mei voiau un copil sau doar unul dintre ei își dorea un copil? Ce voiau părinții mei ca eu să devin? Acestea sunt câteva exemple de efecte pe care proiectele parentale le pot avea asupra traiectoriei vieții noastre.

O femeie concepe un copil cu scopul de a-și reține soțul acasă, deși acesta are o profesie care îl determină să plece adeseori. Creierul copilului înregistrează scopul mamei și apoi dezvoltă o scleroză în plăci care îl împiedică să se deplaseze. Astfel exprimă proiectul parental. (A se vedea Athias, p.147)

Mireille concepe un copil cu scopul de a-i face un „cadou” mamei sale depresive și cu speranța că noul ei rol de bunică îi va reda o rațiune de a fi. Bunica se sinucide la câteva luni de la nașterea nepoatei sale. Aceasta va deveni mai târziu, asistentă socială, îngrijind persoanele în vârstă, pentru a repara simbolic misiunea ei ratată.

Bunicile noastre spuneau: „Nu mai vrem copii!..” Mamele noastre au găsit mijloacele necesare pentru a limita numărul copiilor... Iar nepoatele de astăzi răspund proiectelor bunicilor lor și aproape că nu mai au deloc copii.

Un cuplu își dorește foarte tare un copil pentru ca acesta să continue afacerea familiei. Copilul își va sacrifica aspirațiile personale pentru a îndeplini dorința părinților lui.

Din ce fel de dorință v-ați născut? Atât de rar se întâmplă ca un copil să se nască pentru el însuși! De obicei, adulții sunt

cei care își exprimă o cerere atunci când concep un copil. Dorința *adultului*, care se realizează pe toate planurile, care a trăit, care este la stadiul plăcerii de a trăi și este gata să lase să țâșnească, să crească și să plece copilul pe care îl concepe, există foarte rar. Trebuie de asemenea să precizăm faptul că există o dorință care precede concepția. Această noțiune, remarcată de către Françoise Dolto poate părea surprinzătoare. Însă, după cum afirmă ea, chiar și în cazul unui viol, există una sau mai multe dorințe, provenind de la protagoniști, copii sau părinți. Un copil conceput în mod „accidental” nu poate să existe sub nicio formă! Chiar dacă dorința nu este conștientă, există un program familial inconștient, care se manifestă. Jacques Salomé a subliniat diversele mize ce pot exista în momentul conceperii unui copil.

Dorința *de copil* poate fi de fapt dorința unei fete de a avea o păpușă, o jucărie, față de care există riscul să își piardă interesul la un moment dat. Când este vorba despre dorința *de a avea un copil*, accentul este pus pe posesie, posesia adultului asupra copilului. Consecințele acestei dinamici se pot manifesta de la dificultatea de a lăsa copilul să se nască, de unde recursul la o posibilă cezariană, la folosirea forcepsului, până la dificultatea de a-l lăsa pe copil să crească, la infantilizarea acestuia. În cazurile extreme, există aproape o imposibilitate de a-l lăsa pe copil să plece, atitudine vizibilă prin posesivitate, gelozie și control, în cazul unor părinți abuzivi față de copiii lor. Când cineva emite dorința *de a avea un copil*, înseamnă că acea persoană caută o dovadă pentru puterea ei fertilă, feminină sau virilă sau vrea să facă mai mult decât părinții săi, să-și dovedească iubirea față de celălalt, să prelungească acea iubire sau să-și continue propria sa existență. Copilul se regăsește astfel cu o misiune: este „copilul ciment” al cuplului, copilul care are o sarcină precisă, copilul care înlocuiește pe cineva. Dorința *de a aduce un copil pe lume* denotă adeseori conflicte de fidelitate față de linia maternă sau cea paternă.

Aceste situații pot genera programe genealogice precise, capabile să influențeze viața descendentului. Pentru a prelua controlul asupra propriei sale vieți și pentru a se construi plecând de la propriile sale dorințe, copilul va fi nevoit să renunțe la misiunile parentale.

Copilul care înlocuiește pe cineva

Este un proiect parental special. Este vorba despre un copil conceput sau adoptat pentru a înlocui un copil decedat prematur, fără ca doliul pentru acesta din urmă să fi fost încheiat. Această situație naște dificultăți în construirea personalității și a identității copilului în cauză, cu atât mai mult cu cât i s-a dat și prenumele celui dispărut. Astfel, copilul născut își asumă rolul de a-l înlocui pe cel decedat, chiar să îl personifice.

Vincent van Gogh s-a născut la data de 30 martie 1852, la exact un an după fratele său Vincent, care murise în leagăn. A avut o viață tragică, ca și cum i-ar fi fost interzis să existe. Fratele său, Theo s-a căsătorit și a avut un copil, pe care l-a numit tot Vincent. I-a scris pictorului: „Sper ca acest Vincent să trăiască și să se realizeze.” După ce a primit această scrisoare, Vincent Van Gogh s-a sinucis, ca și cum ar fi vrut să îl lase pe nepotul lui să existe. Este ca și cum programul genealogic ar fi spus: “Nu poate trăi decât un Vincent van Gogh o dată.” și astfel, nepotul său se află, din punct de vedere psihogenealogic, dator față de unchiul său. Își va achita datoria consacrandu-și viața faptului de a-l face cunoscut pe unchiul său. Datorită lui apreciem astăzi opera lui Vincent van Gogh, care astfel se bucură de o foarte mare celebritate postumă.

Salvador Dali s-a născut de asemenea după fratele lui, Salvador (“adevăratul Salvador”) care murise și la al cărui mormânt plângea mama lui, de două ori pe săptămână. Artistul a reușit să se detașeze de acel Salvador idealizat, făcând pe bufonul. Mai târziu, avea să scrie: “Eu am trăit moartea înainte de a trăi viața... Fratele meu murise cu trei ani înainte de a mă naște eu și mama fusese îngrozitor de tulburată de acest lucru. Acel frate mort, a cărui fantomă mă primise, nu se numea întâmplător Salvador, la fel ca tatăl meu și ca mine. Am simțit profund persistența prezenței lui, ca pe un soi de furt de afecțiune.”

Salvador Dali avea o fascinație pentru tabloul *Angelus*, pictat de Millet, pe care îl va reproduce de 64 de ori de-a lungul vieții sale. Nimeni nu putea spune, nici măcar Dali, de ce îl intriga atât de mult acel tablou. Înfățișează un cuplu de țărani ce

cultivă pământul și și-au lăsat instrumentele, odihnindu-se câteva momente, întorși cu fața spre clopotul bisericii, în momentul rugăciunii de seară. După sacul de legume lăsat pe pământ lângă ei, se vede că au fost întrerupți în timp ce lucrau. Pare o scenă banală. De abia după moartea lui Dali, când a fost restaurat tabloul lui Millet, s-a descoperit cauza pasiunii lui Dali. Radiografia cu raze X a scos la iveală faptul că o altă poveste fusese pictată inițial de Millet, peste imaginea cunoscută. S-a descoperit că, de fapt, familia de țărani tocmai înmormântase un bebeluș sau un copil mic, fiind prea săraci pentru a-l mai duce la biserică pentru slujbă. Iar faptul că se întorc spre clopot semnifică rugăciunea lor pentru copilul decedat și nu gestul de a răspunde chemării clopotelor. *Angelus* este de fapt micul înger îngropat, care apoi a fost înlocuit, deoarece tabloul nu se vindea, cu saci de cartofi. Inconștientul lui Dali înțelesese că cel tablou își povestea de fapt propria sa poveste, amintind astfel despre fratelui său, acel „îngerăș” pe care îl plângea mama lui în fiecare săptămână, în fața unei pietre de mormânt pe care era scris numele lui: Salvador Dali... (Dali, 1989)

Destinul unui copil care înlocuiește un alt copil este dificil. Dacă Salvador Dali a rezolvat problema identității sale devenind foarte excentric, van Gogh nu a putut decât să dispară în momentul în care fratele lui a avut proasta idee de a-și numi copilul Vincent, închizându-l pe fratele său într-o capcană genealogică.

Programul codat de către prenume

Sunt din ce în ce mai surprinsă de importanța mare pe care o capătă, în rândul participanților la seminariile mele, prenumele și discuțiile despre acesta.

Prenumele pe care îl purtăm se află în centrul identității noastre și adeseori constituie subiectul unor discuții chiar înainte de a ne naște. Părinții își fac griji legate de sexul copilului și imediat după aceea, de prenumele pe care i-l vor da. Întreaga viață ne facem cunoscută identitatea prin numele și prenumele pe care le purtăm. Enunțându-l ne situăm uneori chiar și în timp și în spațiu. Mai întâi temporar: unele prenume sunt legate de o modă trecătoare. De exemplu, moda

prenumelui Melissa, care a părut în jurul anului 1980, atunci când vedeta emisiunii americane *Căsuța din prerie* purta acest prenume, iar moda prenumelui Stephanie este legată de prințesa de Monaco. Prenumele poate fi legat de asemenea de calendar, precum Marie-Noël sau în cazul celor care poartă prenumele sfântului sau al sfintei sărbătoriți în ziua lor de naștere. Alte prenume pot conține indicii geografice, precum Ming, care evocă Asia. La fel, unele nume de familie evocă țara și chiar regiunea de origine, precum Tremblay, în Québec și Dupont în Franța. Originile sociale, ambițiile culturale sau valorile de referință pot să fie incluse în prenume și nume: Catherine de Rochas are șanse de a avea vreo legătură cu o clasă socială nobilă, iar părintele care își numește copiii Pierre, Jacques și Maria Magdalena exprimă valori legate de creștinism.

Familia repetă adeseori prenumele unui strămoș important sau a unui apropiat dispărut. "Juniorii", victime ale acestei protecții narcisiste riscă astfel să aibă probleme de identitate, fără să mai vorbim de misiunea de a continua sau de a prelua opera sau visele predecesorului lor (sau predecesorilor lor).

Manon s-a căsătorit cu un bărbat care era al treilea Joseph, din tată în fiu. S-a folosit de toată convingerea ei pentru a schimba acest lucru, măcar pe jumătate, deoarece prima parte a prenumelui pe care l-a ales pentru fiul ei are aceeași consoană, Jonathan... copil care a găsit până la urmă mijlocul de a rămâne fidel lanțului strămoșilor, prin faptul că se născuse pe data de 19 martie, de sfântul Joseph...!

Un alt indiciu important constă în a ști cine a ales prenumele: tatăl, mama sau o altă persoană din familie sau cineva din exterior, precum preotul? Când în familie apare un prenume nou, se poate verifica cine anume l-a ales și din ce motive. În acel prenume pot exista și alte semnificații "ascunse". De exemplu, dacă un părinte nostalgic i-a dat copilului prenumele unui tată clandestin sau a unei iubiri mai vechi, acest lucru poate avea consecințe asupra vieții sentimentale a copilului.

În timpul unui seminar una dintre participante a povestit faptul că, tatăl ei a vrut să îi dea prenumele unei femei cu care fusese logodit, înainte de a începe relația cu mama ei, iar aceea femeie îl părăsise pentru un alt bărbat. Mama ei, care cunoștea

povestea, se opusese alegerii acelui prenume. A avut până la urmă câștig de cauză și i-a dat copilului ei un prenume diferit. Astfel mama ei, prevăzuse faptul că soțul ei, ar fi găsit în fiica lui, în mod simbolic, un substitut pentru vechea lui iubire pierdută, la care nu renunțase încă sau oricum, nu încheiase încă procesul de doliu pentru acea relație. S-a evitat astfel o situație de incest psihologic.

De asemenea, prenumele poate conține speranțele sau idealurile cuiva.

Un bărbat îl avea drept erou pe Alexis, personajul viril și fantastic dintr-un roman care îi marcase copilăria și adolescența. Devenit tată, i-a dat fiului său prenumele de Alexis, nutrind speranța că acesta va avea calitățile și caracterul acelui erou. Din nefericire, copilul, cu cât creștea mai mult, cu atât semăna mai puțin personajului din poveste, din contră, uneori era spre dezamăgirea tatălui său, foarte diferit de acel personaj. Lucru care nu întârzie să stârnească și mai mult decepția tatălui său și să declanșeze nenumărate conflicte între fiul lui și el, tatăl dovedindu-se incapabil să-l accepte pe fiul lui așa cum era cu adevărat.

Un alt caz este cel al unei mame foarte credincioase, a cărei vocație de călugăriță fusese neacceptată de către familia ei și care își numise fiica Tereza, în onoarea sfintei Tereza. Fetița avea să se simtă mereu obligată să se sacrifice și să fie în serviciul celorlalți. Devenită adult, în urma unei formări de dezvoltare personală și-a dat seama cât de mult o îngreuna acel prenume pe care îl căra după ea și a decis să îl schimbe.

Stigmat mai degrabă decât cadou, prenumele sau numele pot fi până la urmă foarte greu de purtat. Acest lucru se întâmplă adeseori în cazul unor prenume de genul Claudiu, Dominic, Camelia, Emanuel, Guylaine etc. care pot trăda preferința unui părinte pentru a avea un copil de un anumit sex.

Alte prenume ajung să fie ridiculizate, datorită felului în care se combină cu numele de familie... Pierre Roch Demarbre, nu sună de asemenea prea delicat în limba franceză sau Claire Lasalle (Clara Murdara), poate stârni râsul... De asemenea, faptul de a avea același nume cu o persoană celebră poate stârni complicații, de exemplu, multe persoane cu numele de Ben Laden au cerut să li se schimbe numele în ultimii ani...

De unde provine prenumele meu? Care au fost intențiile care au determinat alegerea lui? Îmi place? Ce înseamnă acest prenume pentru mine? Și numele meu de familie? Unii oameni ajung să își schimbe prenumele sau numele de familie, lucru care îi ajută să își creeze o nouă identitate, să se elibereze de anumite misiuni, să își recupereze o energie creatoare blocată și, în cele din urmă, să își re-aproprie un destin care nu mai era al lor în mare parte.

În cartea sa *Rădăcini familiale ale lipsei de comunicare*, Gérard Athias fixează câteva piste ce pot fi explorate în legătură cu anumite prenume. Iată câteva exemple:

Genéviève "Je ne vis Eve" (în franceză, în original, *Eu nu trăiesc ca Eve*). Este un prenume care poate indica o situație de abuz sexual în genealogia ascendentă, având posibile consecințe asupra vieții sentimentale și amoroase a persoanei ce poartă acest prenume.

Vincent – "Et le sang vient" (în franceză, în original, *și sângele circulă*) are oare o legătură cu bolile familiei, mai ales cu bolile transmisibile prin sânge?

Melanie, Claire, Antoinette – toate aceste prenume pot avea legătură cu un secret de familie.

Emilien ("Hemi-lien") este posibil să fie vorba despre un frate geamăn?

Rene – "Re-nait" (re-naște) este un prenume care poate apărea în urma unui deces care precede concepția sau nașterea copilului.

Christine, Christophe, Christian – sunt legate de misiunea de a fi a copiilor critici, din partea cărora se pretinde perfecțiune.

Françoise, François, Francis, France – tema centrală este onestitatea, sinceritatea.

Astfel, alegerea prenumelui poate fi un program în sine!

Alte exemple de programe genealogice

Există alte programe genealogice care sunt legate de distribuirea rolurilor. Cutare copil este destinat să ajungă sportivul familiei, cutare să fie intelectual, altul să devină oaia neagră a familiei....

E vorba despre etichete puternice de care nu ne eliberăm prea ușor! Asemenea unui oracol sau ursitoarelor de la naștere, strămoșii pot distribui calități, defecte, talente, posibilități sau limite care vor influența destinul copilului.

Un program genealogic poate fi determinat de o credință. Credințele sunt gânduri cristalizate și rigide care devin puncte de referință și influențează comportamentele oamenilor. Prin definiție, o credință nu poate fi pusă la îndoială și nu se schimbă decât încet. Din credință rezultă adevărata programare familială, care condiționează și colorează viața descendenților. Credințele pot fi raportate la viața materială, la viața amoroasă, la comportamente etc. Auzind mereu afirmații de genul "Viața nu este o grădină de trandafiri..." sau "Nu trăim pentru distracție" de exemplu, descendenții pot să ajungă să fie atât de serioși încât nu se mai pot relaxa. Oricine își poate aminti o astfel de credință prezentă în familie, un proverb repetat foarte des, o frază cu care se încheiau discuțiile, care nu putea fi contrazisă, o normă stabilită. Este bine să conștientizăm impactul nociv pe care îl pot avea astfel de afirmații. De exemplu, există mulți oameni care și-au programat negativ viața materială, repetând mereu: "Banii nu aduc fericirea" sau "Nu trebuie să te întinzi mai mult decât îți este plapuma" și ajung să trăiască într-o situație precară, modestă... și mai ales, mai nefericiți... Credințele condiționează atât viața cât și moartea.

"Credința în atotputernicia statului și a naționalității poate duce la sacrificiul pentru patrie, credința necondiționată în medicină sau în știință poate duce la moartea în spital, aderența la o ideologie poate avea ca finalitate moartea pentru o cauză, credința că trebuie să muncești toată viața poate genera moartea exact în momentul în care îți încetezi activitatea sau ajungi la pensie, credința în progres poate duce la o moarte prin accident, raportat la noile tehnologii..." (A se vedea Horowitz, 2000, p.287)

Unele programe genealogice provin din istoriile familiale care se repetă, cu o precizie matematică surprinzătoare.

O femeie, care este al doilea copil dintr-o familie, își pierde tatăl, la vârsta de 14 ani. Programul înscris în

inconștientul ei este: "Când aveam 14 ani, a murit tatăl meu". Se căsătorește și are doi copii. Când copilul cel mic ajunge la vârsta de 14 ani, programul se activează și apare o perioadă dificilă. Există riscul ca soțul femeii și tatăl copiilor să moară, pentru a respecta programul. Acest program poate fi conturat în diverse moduri și este posibil să izbucnească un conflict în cuplu, chiar înaintea acelei perioade, pentru a-l îndepărta pe tată, care astfel își poate părăsi domiciliul conjugal, se poate recăsători, se îndepărtează de familie și, pe scurt, poate renunța la rolul de tată. Programul se poate inversa și în acez caz există riscul ca copilul să moară în locul tatălui.

Cunoașterea programelor genealogice care circulă în familia noastră ne ajută să le anticipăm și mai ales să le dezactivăm pentru a ne elibera de ele.

CAPITOLUL 3

BAZELE GENEALOGIEI

Pentru a exista o familie, trebuie să existe mai întâi un cuplu, o alianță. Dacă nu există un cuplu, nu există descendență. Fără o familie nu există arbore genealogic. Apoi, este nevoie ca familia să fie structurată după o logică precisă, prin asumarea unor roluri precise.

Și mai este nevoie de un principiu de loialitate care îi leagă pe membrii familiei.

Alianța cuplului stă la baza genealogiei

În momentul în care cineva din familie decide să formeze un cuplu, toată familia se amestecă în acest lucru! „Ești prea bună pentru bărbatul acela!” „Ea nu e din lumea ta”, „Ea e o persoană bună pentru tine!”, „Nu e fata potrivită pentru tine!”, „El e un snob...”, „E un escroc!”, „Nu îmi place deloc!” etc. Plouă cu sfaturi și fiecare își dă cu părerea și face tot ce îi stă în puteri pentru a influența membrul familiei care le prezintă o persoană ce ar putea să intre în cercul lor. Cu rezultatul binecunoscut atunci când alegerea finală nu este acceptată de către familie: partener respins, părinți care nu asistă la căsătoria

copiilor lor, conflicte permanente cu familia prin alianță, retragerea ajutorului și a susținerii. Presiunea este puternică și trebuie să fii foarte hotărât pentru a rezista atunci când întreaga familie o judecă pe persoana iubită ca fiind „nedemnă” pentru a face parte din familie. Chiar și astăzi când triumfă individualismul, alegerea unui partener rămâne supusă criticii și aprobării clanului familial.

De ce se întâmplă acest lucru? Deoarece adevărata miză se joacă la un alt nivel, legat de ceea ce poate oferi acea persoană străină inconștientului colectiv. Dacă în acea familie există secrete de familie ce trebuie ascunse, inconștientul familial va încerca să se protejeze, evitând să integreze pe cineva care ar putea să le descopere și ar prefera o persoană ascultătoare în locul cuiva curios și dinamic. Dacă diferențele sociale sau culturale sunt prea mari, inconștientul clanului familial se va simți destabilizat, chiar amenințat, în loc să considere acest fapt o împlinire. Familiile favorizează de obicei căsătoriile între oameni provenind din același loc (endogamia) și nu din locuri îndepărtate (exogamia) și având același statut social (omogamie). Este ca și cum inconștientul familial ar vrea să păstreze *status quo* -ul și să nu introducă în clanul său decât persoane asemănătoare. Dragostea la prima vedere are de altfel această particularitate de a crea o stare de fuziune cu o persoană ce prezintă similitudini uimitoare, la nivel inconștient.

De altfel, dacă nu ar exista interdicția incestului, este foarte posibil că majoritatea oamenilor nu s-ar îndepărta prea mult pentru a-și alege un partener: o soră, un frate, o verișoară, un unchi, o mătușă, o cumnată sau propriii copii ar putea fi aleși. Treptat, familia s-ar replea în ea însăși, rolurile s-ar cumula, s-ar înregistra o sărăcire culturală și intelectuală și clanul ar fi sortit unei dispariții lente dar inexorabile. Cu cât familia este mai deschisă spre lume, cu atât mai mult se îndepărtează de incestul restrictiv și distructiv și oferă noi posibilități descendenților.

Formarea unui cuplu nu îi cuprinde doar pe cei doi parteneri, ci și arborii lor genealogici compleți. Nu se spune de altfel despre cei doi că își unesc destinele? Cele două inconștiente familiale se întrepătrund și are loc un schimb de informații în ambele sensuri.

Structura logică a familiei

Fiecare individ are, de regulă, doi părinți, patru bunici, opt străbunici etc. O configurație clară și coerentă asigură membrilor familiei un loc și un rol definit oferind siguranță și identitate urmașilor. În unele familii, ordinea se complică prin despărțiri, recăsătorii etc. Dar încă se mai poate observa. Alții însă sabotează în întregime sistemul, induc un dezechilibru care va încerca să se restabilească în cazul urmașilor care, mai devreme sau mai târziu vor plăti, în general printr-un proces de distrugere.

Este cazul situațiilor de incest, dispariția unui membru al familiei, bigamie, copii concepuți în secret, în afara cuplului, abandon, pe scurt, situațiile care împiedică construirea unei genealogii logice și clare.

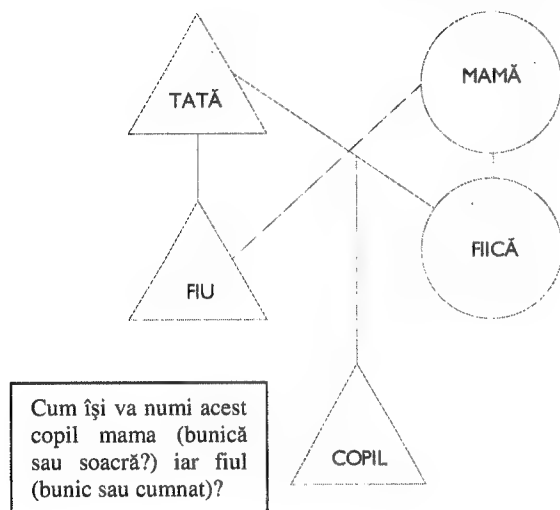
Incestul constă în relații sexuale directe între membrii unei familii, rude de prim rang sau indirecte, între membrii familiei prin alianță. Este o interdicție universală, etnologii au constatat chiar că această formă de relație este interzisă în toată lumea, de la societățile foarte dezvoltate până la triburile mărunte.

Cât există un incest, rolurile familiale sunt cumulate. În timp ce filiațiile ascunse denotă mai mulți descendenți decât se crede, incestul, din contră, denotă un număr mai mic de urmași, lucru care duce, până la urmă, la distrugerea clanului.

Să ne imaginăm că un tânăr are relații sexuale cu sora lui. Dacă aceasta rămâne însărcinată, tatăl și unchiul copilului vor fi una și aceeași persoană. Acest cumul de roluri va avea mai multe consecințe. Mai întâi, creează o confuzie în numirea persoanelor și, prin urmare, în rolul pe care acestea ar trebui să îl joace. Copilul care se naște dintr-o astfel de relație va trebui să-i spună tatălui său „tată” sau „unchi”? În unele cazuri dezechilibrul este atât de mare încât nu se mai știe care este rolul fiecăruia. De exemplu: o mamă care se căsătorește cu fiul unui bărbat, iar acel bărbat se căsătorește cu fiica doamnei. Dacă bărbatul și fiica doamnei vor avea un fiu, cum se va numi acel copil, ce rol va avea el pentru fiecare dintre protagoniști? (fig. 1)

O altă consecință a incestului este faptul că sărăcește considerabil resursele familiei. Această situație se repercutează adeseori în capacitatea de creștere și prosperitate materială.

FIGURA 1: Cum să le spunem?



Uneori s-a aprobat practica căsătoriilor consanguine cu scopul mărturisit de a păstra averea în același cerc. Acest lucru se practică de generații în anumite familii regale, care la început își ating scopul, iar apoi își pierde treptat bunurile, prin degradarea stării de sănătate a urmașilor și prin diminuarea inevitabilă a numărului acestora. Este cazul familiei regale din Rusia, în care, hemofilia țareviciului Alexis a dus la alianța cu Rasputin și la căderea acestuia.

Familia Rothschild, de origine modestă, a evitat aceste consecințe, schimbând, de la a patra generație, căsătoriile consanguine cu căsătoriile cu alți aristocrați. Astfel, în loc să se confrunte cu declinul treptat al imperiului lor, l-au îmbogățit și l-au întărit prin ascensiunea la un statut social nobil. Cu toate că o anumită solidaritate familială este în favoarea prosperității

clanului, este necesară o deschidere spre lume, pentru a-i asigura continuitatea. Trebuie găsit un echilibru între "prea apropiat" și "prea îndepărtat".

Dar, dincolo de incestul fizic, există un incest indirect "emoțional", numit și incest genealogic. De exemplu, în cazul în care tatăl și fiul au o aceeași iubită sau o fiică și mama ei, același iubit. Sau când un bărbat este atât de atașat de mama lui încât nu reușește să aibă relații cu alte femei. O altă formă de incest genealogic este faptul de a nu avea decât parteneri care nu plac decât unuia dintre părinți sau amândorura. Alte exemple: a fi crescut de propria soră, alegerea unui partener care are același prenume cu un membru apropiat a familiei, a locui în aceeași casă cu părinții sau socrii, fără să existe o împărțire a teritoriilor, care să permită existența vieții private a fiecăruia. Tatăl monoparental care își crește singur fiica sau mama care își crește singură fiul sunt expuși adeseori acestui risc.... Măcar să evite să-și alinte copii "pisicuța mea" sau "bărbățul meu". Multe femei, mame singure, se sprijină pe fiul lor mai mare pentru a le ajuta în diverse sarcini, pentru a le alina singurătatea și a da un sens vieții lor. Această situație de "cuplu psihologic" se va răsfrânge asupra dezvoltării copilului care poate, chiar și atunci când este mic, să o domine pe mama lui și chiar să îi interzică să aibă o viață sentimentală. Este un lucru foarte nesănătos, atât pentru mamă cât și pentru copil și, în acest caz, este important ca copilul să fie readus la rolul lui de copil și părintele la rolul său de părinte. Bineînțeles, trebuie ca acesta să își asume responsabilitățile proprii acestui rol!

În unele cazuri foarte rare, astfel de situații se pot solda cu o situație pozitivă excepțională, dând naștere unui geniu financiar sau intelectual, dar în continuare însoțit de consecințe negative. Ca și cum, faptul de a nu-ți cunoaște exact numărul ascendenților sau de a te afla într-o confuzie imensă, îi determină uneori pe urmași să compenseze prin căutarea adevărului deghizat în formă de geniu sau creativitate.

Elisabeth Horowitz citează în acest sens cazul lui Einstein, care se căsătorise cu verișoara lui, după ce și-a abandonat copiii din prima căsătorie. Geniul intelectual care l-a făcut celebru pe Einstein a avut drept contrapondere ca rezultat bomba atomică și consecințe dezastruoase asupra copiilor lui

din prima căsnicie, fiul lui suferind de un dezechilibru mental. Celebritatea Agatei Christie se sprijină pe același gen de paradox genealogic. În cazul ei, a rezultat din acest lucru, pe de parte o avere mare și pe de altă parte probleme incredibile legate de plata drepturilor de autor, astfel încât a ajuns să ducă lipsă de bani în mai multe perioade din viața ei.

Pentru anumite persoane, există multe aspecte în familia lor, care rămân în umbră: este cazul persoanelor adoptate, care nu au acces la informații care să le ajute să-și identifice familia biologică și circumstanțele care au dus la adopție. Sau persoane ai căror strămoși s-au recăsătorit sau și-au abandonat prima familie, refuzând apoi să vorbească despre aceasta, ca și cum nu ar fi existat niciodată. Există de asemenea cazurile de dispariții misterioase sau persoane care rup legăturile cu familia lor și refuză să comunice cu ea. Unele familii cunosc astfel sciziuni ale căror efecte sunt comparabile cu secretele de familie și au aceleași consecințe.

În unele cazuri se ajunge la un impas sau apar situații dificile, ca aceea de a fi prins între contradicții.

La vârsta de 33 de ani, Clara are o viață profesională reușită, dar pe plan sentimental cunoaște doar eșecuri. În timpul unei ședințe, a constatat: "De fiecare dată când lucrurile merg foarte bine, simt o angoasă și fug de angajamentul pe care, în mod paradoxal mi-l doresc." Crede că este anormală și vrea să înțeleagă. Genograma ei reflectă faptul că este înrudită cu femei care au avut iubiri cu un final tragic: decesul logodnicului în ziua căsătoriei, un soț mort în război, o iubire interzisă cu un preot, care a dus la sinucidere... în istoria familiei, iubirea însoțită de un angajament a fost legată de o situație fatală.

Loialitatea familială invizibilă

Loialitatea familială invizibilă este o noțiune centrală a înțelegerii procesului intergenerațional. Ne naștem cu o datorie față de părinții noștri, o datorie pentru că ne-au dat viață, ne-au hrănit, ne-au educat, pe scurt, pentru dragostea și grija primite. Felul în care ne achităm de această datorie este de obicei vertical, adică vom dăruia la rândul nostru copiilor noștri ceea ce am primit de la părinții noștri. În fiecare familie există un soi de

compatibilitate implicită, o balanță a conturilor, în care fiecare este dator sau nu. În familiile sănătoase, conturile sunt clare, actualizate și există un echilibru. Totuși, nedreptățile, datoriile, preferințele, obligațiile neachitate, abuzurile, pot destabiliza acest sistem și pot circula de la o generație la alta. Distanța geografică sau fuga nu ne eliberează cu adevărat de datoriile legate de nedreptate. Această solidaritate ar fi o lege necesară supraviețuirii speciei, dominată de un principiu de echitate. Să urmărim câteva cazuri în care loialitatea devine complexă.

Părinți abuzivi care nu își lasă copilul să devină adult, deoarece îl culpabilizează și îl fac să se simtă legat prin obligații și chiar printr-o "recunoștință eternă". Astfel se întâmplă o "parentizare", o inversiune a rolurilor, când copilul, chiar dacă este foarte mic, este obligat să își susțină părinții. Această situație blochează evoluția copilului și paralizează dezvoltarea arborelui genealogic.

Fiul unei văduve care pretinde că "și-a luat pâinea de la gură" pentru a-și crește și a-și educa copilul, se simte obligat să rămână alături de mama lui și nu îndrăznește să se căsătorească. Se sacrifică la rândul lui pentru a-și plăti datoria și nu își trăiește viața de bărbat, decât după moartea mamei lui.

Unul dintre cele mai grele conflicte de loialitate pe care le poate trăi un copil este acela de a fi obligat să aleagă între linia paternă și cea maternă. În cazul unui divorț sau a unei despărțiri conflictuale, copilul este împărțit în două și întreține mult timp o fantasmă de reconciliere între cei doi părinți ai săi, ca și cum ar vrea să se reunifice el însuși. De altfel, se întâmplă des ca astfel de copii, din familii destrămate, să deseneze două case, cu un drum care le unește.

Tentativele repetate de a capta copilul într-o anumită parte și de a-i nega apartenența la cealaltă, îi pot altera identitatea profundă, deoarece i se interzice să aibă două părți coexistente.

În cazul unei căsătorii interasiale sau inter-religioase, intrăm într-un sistem complex în care cei din a doua și mai ales din a treia generație riscă să nu mai ști unde se află loialitatea lor familială.

Erica provine din două familii opuse, prin originile lor sociale și prin valorile lor. Linia maternă, de ascendență aristocrată, disprețuiește banii și valorifică cultura, decorațiunile și bunele maniere. Linia paternă, de origine modestă, a cunoscut o ascensiune socială datorită afacerilor bunicului, banii sunt importanți, iar oamenilor le place să trăiască bine, să petreacă și nu îi interesează prea mult cultura și bunele maniere. După divorț, diferențele dintre cele două familii au reapărut mai puternice și au determinat un război între clanuri. De fiecare dată când Erica trecea dintr-o tabără în alta, se critica totul. De exemplu, când i se schimbau hainele, se făceau observații de genul: "oamenii ăia care nu sunt în stare să crească un copil". Devenită adult, Erica avea să treacă prin mai multe terapii pentru a-și regăsi unitatea.

Un alt exemplu cu privire la efectul unei nedreptăți a fost prezentat în filmul *Jean de Florette* și în filmul *Manon des Sources*, inspirate de romanele lui Marcel Pagnol. Cu complicitatea întregului sat, un vecin gelos astupă sursa de apă de pe terenul lui Jean de Florette, distrugând astfel șansele ca culturile lui să supraviețuiască. Jean de Florette moare într-un accident și vecinul îi răscumpără pământul, pe o sumă infimă. Fiica lui Jean, Manon, descoperă nedreptatea și secretul satului. Va face tot posibilul pentru a repara nedreptatea și a recupera statutul pierdut reglând în același timp conturile cu sătenii. Cât despre vecinul gelos, consecințele secetei din inima lui au avut un efect mult mai îndepărtat decât s-ar fi crezut. Fidelitatea invizibilă este mai puternică decât orice. Pagnol a scris astfel o poveste admirabilă de psihogenealogie, ținând atât de bine cont de legile psihice, încât părea foarte adevărată. Dacă nu cunoașteți povestea, încercați să găsiți cât mai repede cartea sau filmul!

CAPITOLUL 4

TIMPUL GENEALOGIC – REPETIȚIILE ȘI SEMNIFICAȚIILE LOR

Inconștientul organizează altfel timpul, în mod diferit de conștient. Este vorba despre genealogic.

Sindromul aniversar sau sincronia datelor

Diverși terapeuți au remarcat faptul că există adeseori legături între datele diferitelor evenimente importante din viață: concepția, nașterea, despărțirea, moartea... Au studiat fenomenul și au arătat faptul că timpul genealogic este matematic. Se poate observa o sincronizare a datelor sau un sindrom aniversar. Acesta constă din repetarea evenimentelor asemănătoare, în aceeași perioadă – sau chiar la aceeași dată – când s-a produs un traumatism inițial, ceea ce determină anumite perioade mai fragile. Aceste "coincidențe" pot fi legate de vârsta la care a apărut acel traumatism, de dată sau chiar de traumatismul însuși, care se repetă. Acest lucru se întâmplă chiar și atunci când un incident a fost păstrat secret. Un eveniment ascuns sau neterminat se poate repeta, ca pentru a fi încheiat, cu mult timp după ce a avut loc inițial. Cercetările Josephinei Hilgard, medic și psiholog, care a studiat dosarele din două spitale americane, s-au întins pe mai mulți ani și au arătat faptul că sindromul aniversar este destul de relevant din punct de vedere statistic. Fiecare familie posedă date importante, care îi sunt proprii, de exemplu, o sincronizare a datelor de naștere sau de deces. Astfel, este posibil să detectăm o mulțime de corespondențe între datele evenimentelor importante, vârsta la care apar și intervalele de timp care le separă. Și cum memoria circulă în trei sau patru generații, trebuie să căutăm cât mai departe posibil pentru a găsi evenimentul inițial. Anne Ancelin a reperat un sindrom de 100 de ani și este interesant să știm ce au trăit străbunii noștri, atunci când este posibil să avem acces la informații legate de acea generație.

S-a observat că primul eveniment marcant care survine în viața unui individ constituie un ciclu, adică, un eveniment important se poate produce apoi de fiecare dată când a trecut perioada de timp corespunzătoare. De exemplu, dacă mama ta a murit când tu aveai 14 ani, ar fi posibil ca, o dată la 14 ani, să apară în viața ta un eveniment care să reactualizeze traumatismul inițial. Uneori expimarea traumei este latentă și se produce atunci când unul dintre urmași ajunge la aceeași vârstă. În alte cazuri, se poate întâmpla de exemplu, ca descendentul să se îmbolnăvească. De aceea, când se declanșează o boală gravă, trebuie verificat ce anume s-a întâmplat în cazul strămoșilor importanți, când aveau aceeași vârstă.

Sandra s-a căsătorit la 19 ani, într-un context dificil, deoarece familia iubitului ei se opunea căsătoriei. După 19 ani, la vârsta de 38 ani, căsătoria ei a fost din nou pusă la încercare, printr-o criză conjugală care a dus la despărțire. Va trebui să fie atentă, la 52 de ani, când va fi următoarea perioadă fragilă, pe planul schimbărilor majore din viața ei.

Grace Kelly și-a abandonat prematur cariera de la Hollywood, la vârsta de 26 de ani, pentru a se căsători cu prințul Rainier de Monaco. La vârsta de 52 de ani a murit prematur.

Repetarea traumatismelor

Unele traumatisme – accidente, boli, moarte tragică, incendii, catastrofe etc. – au un efect asupra descendenților prin manifestări similare sau simbolice, în aceleași perioade ale anului, ca cele în care s-au produs inițial.

Povestea se întâmplă în anii 50. La vârsta de șase ani, Jean a fost lovit în stomac de mama lui vitregă, cu o lovitură de picior atât de puternică încât a murit două zile mai târziu. Mama vitregă a povestit că băiatul a căzut, nu a fost îngrijorată și a rămas nepedepsită. Și, timp de câteva generații, mai mulți băieți și fete din familie s-au plâns de dureri de stomac, de la vârsta de șase ani, în perioada anului în care avusese loc accidentul.

La fel, am putea explica înmulțirea cazurilor de astm în rândurile populației, nu doar din cauza poluării din mediul

înconjurător, ci și prin faptul că unii dintre strămoșii noștri au fost amenințați prin participarea la război. În prezent, am ajuns la cea de a patra generație, după cea care a participat la războiul din 1914-1918, la mai puțin de 100 de ani distanță și nu e deloc de mirare faptul că se înmulțesc cazurile de astm. Alexandro Jadorowsky consideră că acum plătim cel mai scump tribut pentru acel război, efectul de "boomerang" final cunoaște o creștere la cea de a patra generație, faimosul sindrom aniversar de 100 de ani.

În unele familii, se constată leziuni, accidente, boli sau alte probleme legate de corp, de exemplu bulimia și anorexia sau afectarea unui anumit organ.

Într-un grup, o doamnă povestea că soțul ei s-a tăiat la degetul mare de la mâna dreaptă, în timp ce făcea o mobilă de lemn. Tatăl celui bărbat avusese, de asemenea, degetul mare amputat, în urma unui accident de mașină. Dar lucrul cel mai ciudat a fost atunci când a descoperit că bunicul soțului ei, grefier de profesie, era cunoscut pentru faptul că semna toate documentele cu mâna stângă deoarece i se amputase degetul mare de la mâna dreaptă... Am sfătuit-o să caute cauzele celui prim accident, pentru care nu fusese făcut doliul, să afle cine era dreptaci și cine era stângaci în familie și să deprogrameze acest lucru pentru fiul ei, legat de tatăl lui și de toți ceilalți prin acea particularitate fizică.

Repetarea traumatismelor îi afectează de asemenea și pe copiii adoptați, lucru normal de altfel, deoarece intră în înconștientul colectiv al familiei adoptive, dar păstrează în același timp și urme din familia lor biologică. Și astfel, se întâmplă adeseori ca un copil care își descoperă părinții naturali să constate cu uimire că are caracteristici provenind din partea lor.

"Am avut întotdeauna un interes special pentru pictură, deși nimic din familia mea adoptivă nu mă îndrepta spre așa ceva. Când am întâlnit-o pe mama mea biologică am aflat, plin de emoție, că era pictoriță."

Sau invers, un copil adoptat poate avea o caracteristică puternică a familiei adoptive.

"Nu am avut copii, pentru a nu transmite hemofilia și am descoperit că băiețelul pe care l-am adoptat suferă de această afecțiune! Ce întâmplare ciudată!"

A avea un accident în ziua în care este aniversarea unui apropiat înseamnă că există un conflict deschis sau ascuns cu acel membru al familiei. Accidentele sunt semne diurne (contrar viselor, care sunt semne nocturne) care relevă indicii importante despre ceea ce trăim la nivel psihic, atunci când suntem atenți la aceste indicii!

Repetițiile legate de deces

Iată două exemple de repetiție legate de deces, referitoare la genul de boală sau data la care au apărut.

O femeie de 57 de ani este internată într-un spital pentru bolnavi de cancer în fază terminală. Am aflat că atât mama cât și bunica ei au murit de cancer, la vârsta de 57 de ani. Plecând de la cercetarea lui Hamer, am întrebat care a fost elementul declanșator al acelei afecțiuni ce se întindea pe trei generații. Femeia s-a închis în sine, urmând prin refuzul său de a vorbi, cursul distructiv al evenimentului declanșator.

Un bărbat de 52 de ani, suferind de cancer în fază terminală a fost internat într-un centru de îngrijire, la sfârșitul lunii septembrie. Conform prognosticului nu i se dădeau decât 10 zile de trăit. Membrii familiei repetau că bărbatul va muri pe data de 14 noiembrie... Întrebați de ce făcuseră acea previziune, aceștia au afirmat că nu avea cum să fie alfel, deoarece tatăl lui, bunicul lui, unchiul și nașul lui muriseră cu toții pe data de 14 noiembrie. Doctorii însă nu cedează: boala este atât de avansată încât este imposibil să trăiască atât de mult. Și totuși, în ciuda așteptărilor, starea de sănătate a bolnavului s-a îmbunătățit suficient de mult pentru ca acesta să moară pe data de 14 noiembrie, așa cum prevăzuse familia lui...

Decesele premature provoacă suferință celor apropiați. O persoană care dispare din arborele genealogic înainte de a fi trăit din plin își abandonează astfel funcția. Prin urmare, fiul cel mare al unei familii va primi rolul paternal, alături de mama lui și frații săi mai mici, în cazul în care tatăl lui moare prematur.

Repetarea prenumelor

Prenumele care se repetă în arborele genealogic leagă aceste persoane pe plan psihic și astfel se pot repeta anumite

"pattern"-uri. În cazul unei astfel de repetiții, încercați să aflați ce anume au trăit acele persoane și care au fost temele și evenimentele marcante din viața lor. Observați mai ales prenumele care se preiau sau au sonorități comune. De exemplu, se poate urma o pistă care leagă prenume precum Marie, Marianne, Mario, Marie-Alex și Marjorie sau Luc, Lucienne, Pierre-Luc, Lucie și Lucas...

Repetarea datelor de naștere

Faptul de a te naște în aceeași zi cu un strămoș nu este un lucru banal, fie că este vorba despre un act neterminat, din partea celui strămoș, sau de destăinuirea unui secret ascuns, din partea urmașului sau de personificarea strămoșului.

Cunosc o familie în care, la fiecare generație, nașterile alternează între băieți și fete. În cazul primei generații studiate, nu erau decât fete deși părinții își doreau cu ardoare băieți... O dorință atât de bine programată încât generația următoare nu a avut decât băieți. De data aceasta, fetele au fost foarte dorite și prin urmare, generația următoare nu a avut decât fete...

Când un copil se naște la aceeași dată ca și fratele său sau sora sa, acest lucru indică faptul că există preferințe între frați sau față de un ascendent. A te naște în aceeași zi, înseamnă, pe planul inconștientului colectiv, restabilirea egalității și nivelarea preferințelor.

Programare/ deces/ concepție

În unele familii, se observă un interval de timp foarte precis între decesul unui ascendent și concepția sau nașterea unui descendent, ca și cum moartea ar fi compensată printr-o nouă viață sau invers, o naștere presupune ca cineva "să facă loc". Mergând pe firul repetițiilor găsim un prim eveniment care a înscris acest lucru. Această programare înscrisă în familie se poate repeta prin contrariul său: ca și cum ar avea un efect de anulare. În acest caz, copilul care se naște sau care se va naște va muri și ascendentul nu moare.

Dacă există o dificultate în a concepe un copil, explorați următoarele piste: există un secret de familie, referitor la un copil? Unuia dintre părinți îi este frică, inconștient sau conștient, de nașterea unui copil? Există o programare

naștere/moarte? Constelația familială destabilizează ordinea logică a arborelui? La ce vârstă au născut celelalte femei ale clanului familial? Care au fost obstacolele legate de concepția copiilor, în acea familie?

Tema rivalităților între frați

Conflictele dintre frați și surori apar imediat ce părinții instaurează un sistem de preferințe vizibile, între copii, folosind comparații frecvente, favorizându-i pe unii și criticându-i sau respingându-i pe alții. Copiii sunt astfel obligați să lupte pentru energia vitală. Când conflictele se întind pe mai multe generații, este nevoie să găsim primul conflict și să căutăm un secret legat de filiație, care constituie de obicei originea problemei. Vom vedea în capitolul despre prosperitate că faptul de a stabili preferințe între copii le subminează solidaritatea și, în consecință, poate reduce sau chiar anula șansele de a încropi o afacere de familie și de a prospera.

Repetarea datelor de căsătorie

Căsătoria la aceeași dată ca un alt cuplu al familiei din generațiile precedente, simbolizează dorința de a repara căsătoria nefericită a ascendenților.

Repetarea separărilor/divorțurilor/rupturilor la o vârstă cheie

Când într-un cuplu apare o ruptură majoră, se poate afla care au fost celelalte separări trăite în cele două familii, motivele, contextul și consecințele acestor despărțiri.

Profesiile

Există de asemenea cazuri de repetiție identitară, care constau de exemplu, în transmiterea unui prenume sau în alegerea unei profesii familiale. Astfel, multe familii devin "specialiste" într-o anumită meserie: profesori, afaceriști din tată în fiu, medici, artiști, pescari, muncitori... statutul social de exemplu, dat de către predecesori și credințele din jurul activităților profesionale creează o brazdă care îi determină pe

urmași să meargă pe urmele strămoșilor lor. Această temă va fi dezvoltată în detaliu în capitolul 9.

Tema sinuciderii

Gary s-a sinucis la vârsta de 27 de ani, la fel ca și unchiul său din partea mamei, Christopher. Gary suferă de schizofrenie, o formă de "nebunie rușinoasă" ascunsă de către mama lui, întregii familii. Unchiul lui a murit în urma unei rupturi amoroase, spunea că este "nebun după iubita lui" și incapabil să trăiască fără ea. Sinuciderea lui a fost păstrată în secret de către toți membrii familiei, din rușine dar și pentru a nu pierde banii din asigurare. Gary s-a spânzurat, unchiul lui s-a asfixiat cu dioxid de carbon, în mașină. Deci, în ambele cazuri există o legătură cu plămânii. Gary nu a avut copii, dar era legat de mai mulți nepoți. Unul dintre aceștia, David, va dezvolta de la vârsta de 20 de ani, o puternică teamă de moarte. Întrebat despre această obsesie irațională a spus că îi este teamă "să nu înnebunească". Este indicată o intervenție pentru a preveni procesul de autodistrugere, David fiind din punct de vedere psihogenealogic supus riscului sinuciderii, ca soluție atunci când face față unei situații dificile. Perioada fragilă este după 25 de ani.

Tema vieților duble

Odette a descoperit mai multe cazuri de viață dublă oficială (recăsătorie) și non oficială (amante, relații extra-conjugale) în familia ei. Bunica ei fusese bănuită de colaborare în timpul războiului, deci tot un caz de viață dublă.

Tema abandonului

Este cazul orfanilor, al copiilor adoptați, al copiilor cărora le-a murit un părinte sau acel părinte refuză să se ocupe de copil, abandonurile succesive îi determină pe descendenți fie să perpetueze abandonul sub diverse forme, fie să limiteze nașterile prin orice formă, pentru a se asigura astfel că reduc riscul de abandon.

Tema dispariției

O variantă a abandonului, această temă mai degrabă rară evocă misterul, secretul, necunoscutul. Dacă cineva din familie dispare, voit sau nu, căutați probleme legate de exod, expatriere, respingere, căsătorii mixte sau, bineînțeles, alte dispariții inexplicabile.

În concluzie, orice situație neterminată, păstrată în secret sau nedreaptă, se poate repeta.

CAPITOLUL 5

HARTA NOASTRĂ RUTIERĂ PENTRU A NE DECODA TRECUTUL: GENOGRAMA

Dacă vi s-a întâmplat deja să vă rătăciți într-un centru comercial, știți că arhitecții au plasat în diverse locuri un plan al clădirii care vă arată unde vă aflați, printr-un punct roșu sau o săgeată care vă indică: "Vă aflați aici". Acest tip de plan este foarte util pentru a nu te rătăci, pentru a vedea unde te afli, de unde vii și pentru a repera locul în care vrei să ajungi. La fel se întâmplă și în cazul traiectoriei noastre spațiu-timp familiale. Avem nevoie să știm de unde venim pentru a înțelege unde suntem și pentru a hotărî spre ce destinație vrem să ne îndreptăm.

În mod tradițional, aceste coordonate sunt grupate în interiorul imaginii unui arbore, numit arbore genealogic. În psihogenealogie preferăm o reprezentare grafică și comentată a arborelui genealogic familial, numită genogramă. Mai mulți autori terapeuți au contribuit la realizarea și perfecționarea acestui instrument. Acestea sunt avantajele genogramei față de arborele genealogic:

- Se citește mai ușor vizual.
- Oferă o privire de ansamblu asupra structurii familiale.

- Permite adăugarea notelor pentru fiecare persoană înscrisă.
- Scoate la iveală ceea ce păstrează familia în memoria sa.
- Ne ajută să trasăm toate liniile care unesc diverse persoane.
- Este util pentru reperarea repetițiilor transgeneraționale.
- Poate scoate în evidență relațiile unei persoane sau ale unei familii cu contextul său social sau cu evenimentele istorice care l-au marcat. Atunci vorbim despre geno-sociogramă.

"Așa cum limbajul face posibil și ne organizează procesul gândirii, geograma familială, care trasează harta relațiilor și a modurilor de funcționare, poate ajuta membrii unei familii să se vadă ei înșiși într-o nouă manieră și poate fi un mijloc importat pentru a face schimbări. Françoise Dalto a afirmat: "Cât de multe legături se pot face plecând de la o genogramă! Ce instrument relațional fantastic!" (Goldrick și Gerson, Genograme și întâlniri familiale).

Adunarea datelor de bază

Demersul presupune mai întâi adunarea datelor importante despre strămoși ascendenți (părinți, bunici, străbunici) sau descendenți (copii, nepoți), datele de naștere, de căsătorie, divorț sau deces, dacă este cazul, locul în care au trăit și diversele grade de rudenie dintre ei.

Este recomandat să lucrați pe o perioadă de cel puțin patru generații, de aproximativ un secol.

Începeți prin a alege un punct de plecare: voi înșivă sau părinții voștri, faceți lista cu toți membrii familiei de care vă aduceți aminte, notând pentru fiecare dintre ei, legăturile de apartenență, cu persoana centrală. În cazul cel mai simplu, familiile sunt de tip nuclear, fără cazuri de divorț sau alte căsătorii. Arborele se complică în momentul în care există despărțiri, refacerea familiei, o altă căsătorie, sau alte constelații familiale. Este vorba despre situații tot mai frecvente, dat fiind că familia tradițională se destramă tot mai mult.

Apoi adunați toate actele de familie: cartea de identitate, pașaportul, livretul militar, acte notariale (precum certificatul de căsătorie) corespondența, fotografii etc. Întrebați-i pe cei mai în vârstă despre nume, date, locuri etc. vizitați cimitirele și notați epitafele pe care sunt înscrise informațiile care vă lipsesc: nume, prenume, anul nașterii și al morții etc...

Studiați ziarele locale și regionale, care sunt copiate și le găsiți în arhiva bibliotecii naționale. Veți găsi, în afara informațiilor despre nașteri, decese, căsătorii, anecdote despre evenimentele importante și despre obiceiurile epocii respective. Cercetarea cu privire la strămoși se face consultând registrele stării civile sau documentele publicate de către cercetători.

Există o mulțime de urme ale existenței strămoșilor noștri: acte de stare civilă, acte notariale, registrele de botezuri din parohii etc. Este suficient să le găsim pentru a afla o mulțime de informații. Există și alte texte de referință, precum registrele de căsătorie și dicționarele genealogice. De asemenea, sunt disponibile o mulțime de fișiere și repertorii pe numele de familie. Această căutare, o muncă consistentă, este ușurată astăzi prin Internet și o mulțime de organisme. Arborele genealogic al strămoșilor este acum la îndemâna noastră, deoarece amintirile celor în vârstă ne pot ajuta să-l reconstituim.

Organismele și site-urile Internet care vă pot fi utile

În ultimii ani s-au dezvoltat numeroase organisme și site-uri Internet, pentru a răspunde cererii tot mai mari a oamenilor care își caută rădăcinile. Lista care urmează conține doar câteva exemple ale acestora. Nu ezitați să o actualizați regulat pe Internet, tastând cuvântul "genealogie" pe un motor de căutare. Federația Societăților de Genealogie din Québec grupează majoritatea societăților care oferă servicii de căutare în istorie și în genealogie. Este formată din 36 de societăți membre, răspândite în toate regiunile din Québec. Societatea de Genealogie din Québec, de exemplu, editează mai multe publicații care acoperă regiunea Québec și vinde diferite instrumente de căutare (repertorii, cărți, tabele, programe). www.federationgenealogie.qc.ca

Federația familiilor – trunchi din Québec vă poate ajuta de asemenea în căutările voastre patrimoniale. www.ffsq.qc.ca

Arhivele Naționale din Québec și din Canada conservă și difuzează arhive și oferă de asemenea surse importante pentru căutarea genealogică, precum și un catalog electronic despre colecțiile sale.

www.anq.gouv.qc.ca și www.archives.ca/08/08f.html

Biblioteca Națională din Canada este o altă sursă de informație. Serviciul său *memoria noastră online*, o bibliotecă digitală, conferă accesul la mai mult de 1 180 000 pagini din patrimoniul tipărit din Canada.

www.nlc-bnc.ca/index-f.html

Universitatea din Montreal a lansat un site în cadrul unui program de cercetare demografică istorică: site-ul www.genealogie.umontreal.ca

www.genealogie.org/accueil.htm se adresează tuturor francofonilor din America de Nord.

Toile de Quebec oferă un ghid foarte interesant pe site-ul www.toile.qc.ca/guides/societe/genealogie

Planete Quebec este un alt site foarte popular.

<http://epf.planete.qc.ca>

În Europa, site-ul www.notrefamille.com este o sursă importantă de informații.

Conține o secțiune detaliată referitoare la genealogie www.genealogie.com.

Poți chiar să desenezi propriul blazon al familiei!

Site-ul www.genealogy.tm.fr se dorește a fi un ghid practic pentru cei care își caută strămoșii în Franța.

www.histoire-genealogie.com oferă, printre altele, o listă interesantă cu toate asociațiile existente în mai multe țări, în fiecare regiune, de exemplu, Asociația franceză de genealogie, pe site-ul www.afg-2000.org

www.guidesgenealogie.com este un alt site care ne poate ajuta, pas cu pas, în această căutare.

Asociațiile familiale adună toți descendenții aceluși strămoș, care poartă același nume. Oferă surse de informații foarte interesante și organizează întâlniri între membrii aceleiași familii.

Inițiere în citirea unei genograme familiale

Genograma este reprezentată cu ajutorul simbolurilor, putând astfel să vedem dintr-o dată dacă este vorba despre un bărbat sau o femeie, de o căsătorie sau de o uniune liberă etc.

Informațiile sunt indicate într-un stil telegrafic, scurt și concis. În plus, pentru a limita cât mai mult textul, cuvintele care se repetă adeseori, de exemplu, căsătorie, naștere, deces etc. sunt prescurtate în una sau două litere, de exemplu "n" pentru naștere. Convențiile grafice au fost îndelung dezbătute și discutate de către specialiști care încă nu sunt de acord în unanimitate pentru toate simbolurile. Cele pe care vi le propun sunt cele mai folosite și cele mai ușor de descifrat (fig.2).

Fig.2 – Simbolurile genogramei

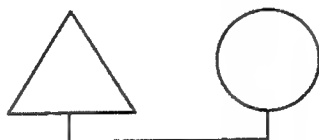
Cercurile indică o persoană de sex feminin



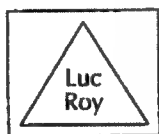
Triunghiurile sunt folosite pentru persoane de sex masculin.



Conform convenției, partea paternă se plasează la stânga și cea maternă la dreapta. Într-un cuplu, bărbatul este plasat în stânga paginii și femeia, în partea dreaptă.



În cercul sau triunghiul încadrat se indică numele (prenumele) persoanei căreia i se stabilește genograma.



Sub nume se trece data nașterii (n).



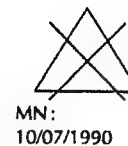
X-ul marcat pe un cerc sau triunghi indică un deces. Sub data nașterii se trece data decesului, cu o cruciuliță.



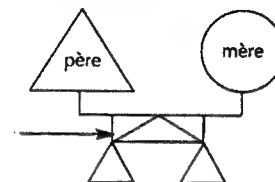
Sarcinile false sau avorturile sunt simbolizate printr-un cerc negru și prin inițialele SF sau IVG.



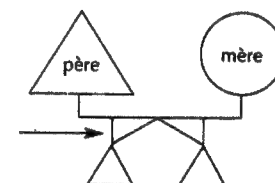
Pentru un copil născut mort se scrie "decedat", cu indicarea datei și inițialele NM (născut mort).



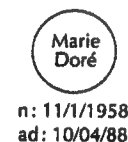
Gemenii adevărați sunt legați prin trei linii ce formează un triunghi.



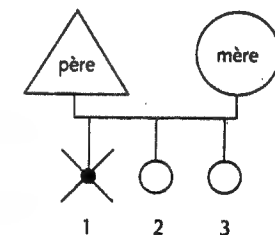
Gemenii falși sunt legați prin două linii care formează vârful unui triunghi.



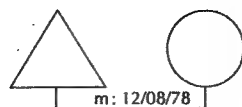
Pentru copiii adoptați se folosește mențiunea "ad".



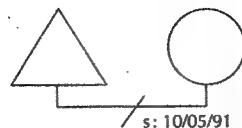
Frații sunt înscrși întotdeauna în ordinea nașterii de la stânga (primul) la dreapta (al doilea), incluzând, în ordine, sarcinile false, avorturile, copiii născuți morți sau pe cei adoptați. Se numerează de la stânga (1) la dreapta (2 și următorii) toți frații.



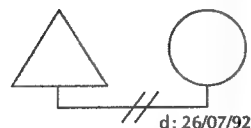
Căsătoria este reprezentată de o linie continuă, cu data înscrisă în mijloc, bărbatul la stânga și femeia la dreapta.



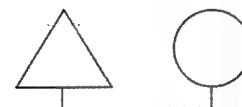
O linie oblică peste cea continuă simbolizează despărțirea.



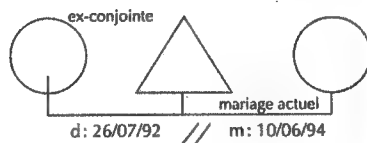
O linie oblică dublă marchează un divorț (d), se notează și data acestuia.



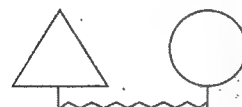
O linie punctată indică o uniune liberă.



A doua sau a treia etc. căsătorie: căsătoriile vechi se plasează la stânga persoanei, cele recente, la dreapta. Se trec toate datele.



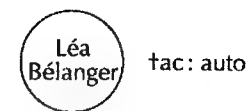
Relația conflictuală este reprezentată printr-o linie în zig-zag.



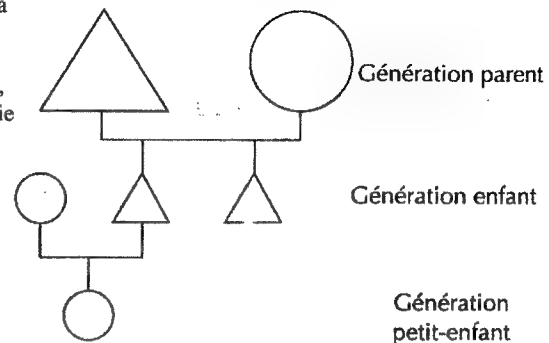
Decesul prin sinucidere este marcat printr-un "s". Alături se precizează mijlocul utilizat. (ex. "s" – armă de foc).



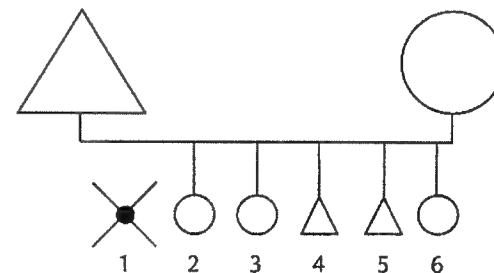
Decesul prin accident este marcat "ac", se precizează tipul accidentului.



Fiecare rând reprezintă o generație. Deci, când ne deplasăm vertical pe genogramă, trecem de la o generație la alta.



Frații și căsătoriile se află pe linia orizontală.



Genogramă simplă



Itinerariul transmiterii de la o generație la alta

Așa cum nu moștenim toate caracteristicile fizice de la strămoșii noștri, nu primim nici toată moștenirea psihică. Suntem legați de unii dintre strămoșii noștri mai mult decât de ceilalți. În acest lucru constă importanța rangului de naștere a celui care își face genograma, deoarece se formează legături între indivizii care ocupă același rang de naștere. În acest caz există rezonanțe, adică mai multe riscuri de transmitere a încărcăturii emoționale între acești membri.

Cum se poate stabili rangul de naștere? Ținând cont și de avorturi, de sarcini false și de copiii născuți morți, în ordinea concepției.

Primul copil din familie va ocupa rangul 1 dacă este și primul conceput, dar dacă se naște după ce mama lui a mai avut o sarcină pierdută sau un avort, va ocupa rangul 2, nu 1. Dacă unul dintre părinți avea deja doi copii și apoi are un al treilea copil cu o altă parteneră, care nu a mai avut copii, acel copil va ocupa două ranguri de naștere, în funcție de poziționarea lor pe linie maternă (rang 3) sau paternă (rang 1). Astfel, copiii adoptați ocupă mai multe rânduri: linia biologică și cea a familiei adoptive. În cazul gemenilor, primul copil născut este ultimul conceput, deci primul care se naște ocupă rangul 2, iar al doilea rangul de naștere 1. În cazul nașterilor prin cezariană, nu se mai știe exact! Lucrurile se amestecă. Dacă se știe cum erau plasați copiii în pânțele mamei, putem avea niște indicații în acest sens. Tulburările de menstruație pot fi uneori considerate sarcini false, în funcție de ceea ce a simțit femeia.

Legăturile transgeneraționale sunt mai întâi cu cei care aparțin aceluiași rang de naștere, apoi cei de rangul 3, după cum reiese din tabelul de mai jos, ce reprezintă 15 copii:

1	2	3
4	5	6
7	8	9
10	11	12
13	14	15 etc.

Persoanele de rangul 1 sunt în legătură cu toți ceilalți membri ai familiei de rang 1 și cu cei de rang 4, de rang 7, 10 sau 13. Cei din rangul 2 sunt în rezonanță cu cei de rangul 2, 5, 8, 11 și 14 din familie. Rangurile 3, 6, 9, 12 și 15 sunt de asemenea legate. Reprezintă ceea ce unii autori au numit valsul transgenerațional. Menționez că aceste legături sunt de la o generație la alta, deci verticale în genogramă și nu între frați și surori sau veri și verișoare. Vă sugerez să folosiți carioci de culori diferite petru a marca în genogramă numerele 1-4-7-10... (de exemplu cu galben), apoi 2-5-8-11... (cu albastru) și 3-6-9-12... (cu roșu) sau altă culoare pe care o găsiți.

De exemplu:

Atunci când nu deținem toate informațiile despre sarcinile false sau avorturi și se decalază primul rang, lucrăm cu informațiile pe care le avem, pur și simplu. Uneori, repetiția prenumelui sau a unei părți din acesta (aceeași consoană de exemplu) ne ajută să legăm două rude apropiate sau îndepărtate din genogramă. Alteori, persoanele care își văd genograma ajung să umple lacunele cu ajutorul intuiției lor. Astfel, se lucrează plecând de la o ipoteză care apoi va fi confirmată sau infirmată în funcție de evenimentele cheie.

Cum se realizează genograma

Sunteți pe cale să vă desenați propria genogramă! Aveți nevoie de câteva foi de 28x43 cm, de o linie, un creion, o gumă și trei carioci de culori diferite. Trasați mai întâi patru linii orizontale pe o foaie, care să ocupe cel puțin 45% din spațiu, fiecare dintre aceste linii reprezentând o generație, deci la început aveți patru generații. Linia din vârful paginii reprezintă generația cea mai îndepărtată în timp (cea a bunicilor sau a străbunicilor), linia de după ea, generația următoare și așa mai departe până la linia din josul paginii, unde se află generația cea mai recentă în timp. Să nu uitați că, pentru fiecare membru al familiei, trebuie să desenați un loc (un cerc pentru femei și un triunghi pentru bărbați), suficient de mare pentru a trece numele acelei persoane, data nașterii și a morții (dacă este cazul), data căsătoriei și a separării. Dedesubt, ar trebui să existe un spațiu suficient de mare pentru a nota evenimentele importante din viața acelei persoane sau informațiile adunate în timpul

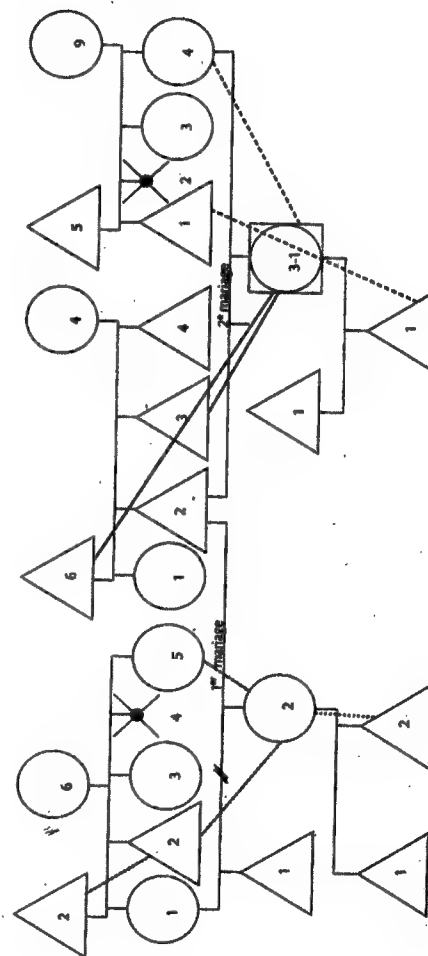
căutărilor. Pe aceeași linie orizontală, se găsesc alianțele (căsătorii sau uniuni) și frații, liniile verticale sunt cele care leagă stămoșii de descendenții familiei.

Faceți totul în mai multe etape: cel mai simplu este să începeți cu voi înșivă, apoi să vă adăugați frații și surorile în ordinea cronologică, cu cel mai mare în stânga, apoi spre cel mai mic, în dreapta. Înscrieți, în ordinea concepției, avorturile și sarcinile false și copiii născuți morți sau cei care au murit la vârste foarte mici. Continuați cu generația de după voi, copiii și nepoții, dacă aveți. De obicei, cunoaștem datele despre generația noastră și generația de după noi, dar pe măsură ce înaintăm în amonte, informațiile sunt tot mai greu de găsit.

Treceți apoi la generația părinților voștri, deci la linia orizontală de deasupra voastră. Mai întâi îl treceți pe tatăl vostru, în partea stângă a foii, cu frații și surorile lui, respectiv, unchii și mătușile voastre. Faceți la fel pentru mama voastră, în partea dreaptă a aceluiași rând. Deja, se poate constata cât de puțin îți cunoști familia, deoarece adeseori este greu să spui din memorie câți frați și câte surori au părinții noștri și mai ales, în ce ordine s-au născut! Cât despre faptul de a ști dacă bunicile noastre au avut sarcini false, avorturi sau copii care au murit foarte mici, acesta necesită de obicei o cercetare amănunțită. Puteți să puneți semne de întrebare sau lăsați locuri goale pentru informațiile pe care nu le aveți încă și așteptați până când veți afla aceste date. Urcăți până la buncii și străbuncii voștri, dacă este posibil. Ca regulă generală, analiza se face pe patru generații, ceea ce acoperă o perioadă de circa 100 de ani. Notați toți frații, începând cu 1- pentru primii născuți, 2,3,4 etc. pentru următorii, numărând și copiii care au murit, sarcinile false și avorturile. La sfârșit, subliniați legăturile trans-generaționale cu trei carioci de culori diferite: una pentru a marca legăturile dintre pozițiile 1-4-7-10-13-16, alta pentru 2-5-8-11-14-17 și, la sfârșit, ultima, pentru 3-6-9-12-15-18. Când ne interesează o anumită persoană din genogramă, putem scoate în evidență legăturile acesteia, marcându-le doar pe acestea. Pentru a stabili o genogramă familială bine documentată este nevoie de mult timp. Nu vă îngrijorați dacă genograma voastră va părea cam goală la început, este foarte normal! Oricine își poate face genograma, la început este suficient să folosim

informațiile pe care le avem. Pe măsură ce veți înainta în cercetările voastre, veți fi surprinși cât de implicați veți deveni în această căutare.

Figura 5



Cazul copiilor adoptați

Copiii adoptați sunt înscrși în patru circuite: biologic matern, biologic patern, adoptiv matern și adoptiv patern. De asemenea, sunt conectați la patru inconștiente familiale și au moșteniri psihice provenind de la fiecare dintre aceștia. La fel cum au moștenit trăsături fizice de la părinții lor biologici, chiar dacă nu i-au cunoscut, au moștenit și unele trăsături psihice.

Posibilitatea este astfel mai mare, atât în ceea ce privește trăsăturile pozitive, cât și cele negative. Vor începe cu genograma familiei lor adoptive, apoi, dacă au acces la informații, vor continua cu cea a familiei biologice. În aceasta se vor căuta toate dovezile formale și legale care confirmă apartenența lor la un strămoș sau la o familie.

Un exercițiu interesant poate fi acela de a construi genograma familiei biologice, lăsând frâu liber imaginației... Și dacă pasiunea mea pentru muzică vine de la mama mea biologică?... Și dacă frica mea de înălțimi vine de la un accident trăit de unul dintre strămoșii mei? Etc.

Ancheta genealogică

Este vorba despre completarea genogramei, despre a-i conferi consistență.

Este o adevărată expediție în trecut, o muncă de săpături arheologice, care ne ajută să ne regăsim moștenirea.

În afara elementelor de bază, precum numele, prenumele, gradul de rudenie, ordinea între frați și datele asociate evenimentelor importante, precum nașterea sau căsătoria, viața unui individ se desfășoară foarte rar asemenea unui râu liniștit! În acest sens, puteți proceda în două feluri. Puteți alege o singură temă legată de familie și să o documentați, de exemplu să urmăriți doar meseriile și profesiile fiecărui membru al genogramei familiale. Cea de a doua opțiune constă în a nota faptele importante din viața fiecărui individ, apoi să observați dacă există teme care se repetă sau se diferențiază de ansamblul datelor culese.

Iată câteva subiecte pe care le puteți documenta:

- locul de origine
- adopțiile

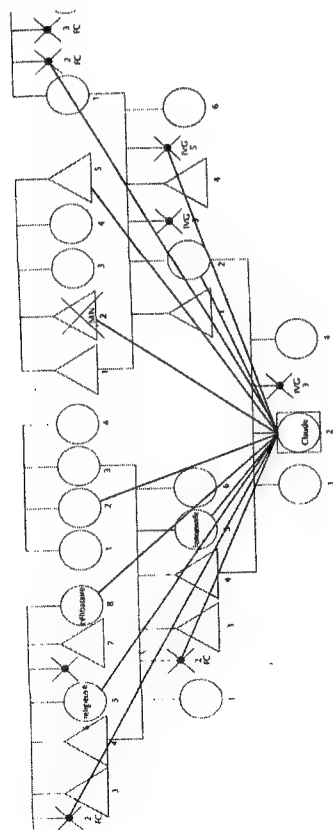
- deplasările importante (mutarea în altă țară) sau schimbările de locuință, dacă au fost importante
- copiii abandonați
- faptul de a fi crescut în alt cămin, diferit de cel de origine
- fenomenul respingerii "oile negre" ale familiei
- evenimentele trăite ca o nedreptate
- dificultatea de a concepe copii, infertilitatea
- copiii crescuți ca doi gemeni
- coabitarea mai multor generații
- statutul social
- divorțurile, separările, căsătoriile multiple
- dificultățile sentimentale, infidelitatea
- dependențele (alcool, droguri, jocuri de noroc etc.)
- decesele, văduvia, situațiile de celibat alese sau impuse
- problemele financiare
- preferințele în rândul fraților
- evenimente sau situații trăite ca fiind nedrepte
- pierderea unor persoane sau lucruri iubite (dădaca, un animal de companie etc.)
- bolile (o temă care poate juca un rol important pentru aspectul medical, deoarece ne ajută să găsim originea unei boli și semnificația acesteia)
- intervențiile chirurgicale
- accidente grave
- sinuciderile sau tentativele de sinucidere
- moștenirile conflictuale
- alegerea meseriilor și a profesiilor
- probleme legate de apă, foc sau un alt element
- traumatismele de război
- secretele grele sau rușinoase (copii nelegitimi, incest, închisoare, crimă, faliment, boli precum SIDA, pierderi la jocurile de noroc, homosexualitate, boli mintale, persoane despre care nu se vorbește niciodată etc.)

O să vă dau un exemplu de infertilitate relatat de o femeie pe nume Claude, în timpul unui curs. Aceasta încerca să înțeleagă mai bine factorii care ar explica de ce nu reușește să

aibă copii, în ciuda tratamentelor din clinicile de fertilitate (fig.6).

Se poate constata faptul că, Claude, pe lângă faptul că poartă un prenume masculin, este legată de mai mulți strămoși care nu au avut copii, i-au pierdut sau nu au putut da naștere unor copii. Este ca și cum, inconștientul ei nu vedea necesitatea de a avea un copil, deoarece majoritatea ascendenților de care se leagă nu au putut concepe un copil sau au trăit drame legate de concepție.

Figura 6: genogramă pe tema infertilității



Claude este legată de
11 ascendenți
dintre care:
3 sarcini false
1 avort
1 călugărită
1 celibatar
1 homosexual
1 copil născut mort

Dificultățile pe care le puteți întâmpina

Una dintre primele dificultăți pe care o puteți întâmpina este refuzul unui apropiat de a vă împărtăși informațiile pe care le deține. Este dezamăgitor faptul că propria ta mamă – sau un alt membru al familiei – să fie închis atunci când este întrebat despre un aspect al vieții sale pe care preferă să nu-l evoce, din motive personale. Secretele de familie pot fi motivul unei rezistențe puternice! Va fi nevoie să dați dovadă de diplomatie atunci când veți aborda astfel de subiecte delicate. Nu renunțați însă și întrebați și alte persoane. Oricum, doar un singur membru al familiei nu poate deține toată istoria familiei și este nevoie de multe întâlniri și căutări pentru a clarifica anumite aspecte ale arborelui genealogic.

Pentru orice cercetător care vrea să-și dovedească apartenența la un cuplu de strămoși, consultarea registrelor stării civile se dovedește a fi indispensabilă.

Însă starea acestor registre nu este întotdeauna la fel. Uneori caligrafia poate fi o dificultate, ortografia epocii sau alte diferențe (de exemplu scrierea cu „y” în loc de „i”) fără să ținem cont de calitatea documentului original care uneori este foarte proastă. În plus, se știe că în timp, multe registre au fost distruse. Deportările pot fi pentru cercetători o adevărată piatră de încercare, atunci când este vorba de a găsi, de exemplu, familii care au fost separate. Astfel, mișcările migratoare și deplasările strămoșilor noștri pot determina pierderea urmelor acestora.

De la sosirea strămoșilor noștri în America, mulți dintre aceștia și-au schimbat numele de familie. René Jetté și Micheline Lecuyer au publicat de altfel, în 1988, *repertoriul numelor de familie din Quebec*. În prezentare, menționează faptul că numele de familie întâlnite în documentele vechi din Québec nu sunt deloc stabile sau previzibile pentru cercetători sau istorici. De fapt, ortografia numelor variază într-un mod mai mult sau mai puțin previzibil, de la un document la altul. În plus, obiceiul de a adăuga numelui de familie o poreclă, transmisă în general descendenților și substituită patronimului, complică și mai mult identificarea corectă a persoanelor.

De asemenea este posibil să existe unele omisiuni în actele civile sau în registre. Schimbarea numelui parohiilor sau

al satelor este de asemenea posibilă, de-a lungul timpului. Nașterile copiilor nelegitimi, legăturile multiple sau neoficializate, copiii abandonati și orice situație ascunsă, îi obligă pe psihogenealogi să se mulțumească cu ipoteze. Iar schimbările din legislație, care în prezent autorizează atribuirea numelui de familie al mamei, în cazul unui copil, al tatălui, sau al amândorura, în indiferent care ordine, vor complica cu siguranță cercetările viitoare ale genealogilor.

Cum putem solicita și stimula memoria

Memoria este o facultate care uită, după cum bine știm! Dar este în același timp o facultate care poate fi reanimată. Mai întâi este important să intri în spiritul unui începător, pentru a crea o deschidere a acestuia. Asemenea copilului din basmul *Hainele cele noi ale împăratului*, a lui Christian Andersen, trebuie să fim capabili să facem abstracție de „versiunile oficiale” și să ne urmăm intuiția și să spunem ceea ce vedem și ceea ce toată lumea neagă!

Spiritul începătorului, înseamnă de asemenea să fii un soi de Columbo, acel detectiv care pune atâtea întrebări cu un aer ușor prostesc! Plecați de la principiul că aparențele nu valorează nimic. Bineînțeles, memoria este supusă deformărilor și trebuie să fie stimulată pentru a face să apară anumite amintiri. Iată câteva sugestii pentru a „trezi” aceste amintiri și pentru a culege maximum de informații.

- Ascultați toate punctele de vedere posibile: cu cât veți întreba mai multe persoane cu privire la același eveniment, cu atât mai multe detalii și precizări veți obține, referitoare la aspectele ascunse.
- Folosiți scrisorile și fotografiile din albumul de familie: priviți fotografiile cu unul mai mulți membri ai familiei, este un mijloc excelent de a stimula memoria și de a învăța mai multe lucruri despre familie. „Cine este această persoană care apare în poză lângă mama?”, „De ce unchiul Alex pare așa de trist?”, „Ah! Uite-o pe bunica! Era o femeie cu un caracter puternic, nu-i așa?” Dacă aveți norocul să găsiți

scrisori, contracte sau acte ale familiei, păstrați-le cu mare grijă!

- Întrebați-i pe cei mai în vârstă: decanii de vârstă ai familiei sunt memoria vie și păstrătorii istoriei familiei. Astfel, unul dintre efectele complicate ale bolii Alzheimer este acela că din cauza ei nu se mai pot transmite amintirile clanului familial, care astfel este lipsit de o parte din arhivele sale. Cu cât cineva îmbătrânește mai mult, cu atât simte o nevoie mai mare de a relatea ceea ce a învățat și de a se elibera de secrete, dacă le deține. Este un lucru foarte normal și chiar un indiciu că acea persoană se îndreaptă spre sfârșit. Uneori se spune că persoanele în vârstă „dau în mintea copiilor”. Nu este adevărat, se întorc pur și simplu în urmă și exprimă astfel nevoia de a da un sens vieții lor și de a transmite familiei o bucată din istoria ei. Rugați-i să vă ajute în căutările voastre, le va face plăcere să vă acorde sprijinul!
- Găsiți indicii în obiecte: unele se transmit din generație în generație și pot deveni păstrătoare ale unor informații importante.
- Exersați asocierile libere: o tehnică din psihanaliză care poate avea rezultate interesante. E suficient să vă lăsați spiritul liber și să vorbiți cu voce tare, înregistrând și apoi notând punctele esențiale. O variantă constă în a vă juca jocul: „Și dacă...”, a face ipoteze, de exemplu: „Și dacă bunica a trăit și ea un incest? Și dacă unchiul Bastien a ascuns bijuteriile ascunse? Și dacă?...”
- Rezumați caracteristicile asociate fiecărei persoane din genogramă în una sau două fraze sau în câteva cuvinte.
- Examinați caracteristicile din familia voastră. Care sunt obiceiurile ei? Care sunt glumele preferate? Care sunt subiecte tabu? Fiți atenți la bancurile preferate care uneori pot divulga un „adevăr șocant”!
- Într-un grup, amintirile unora evocă trăirile altora! De aceea grupurile de lucru sunt atât de importante. Ne ajută, printre altele, să facem o sculptură a familiei (când lucrăm cu membrii unei familii, în terapia de fa-

milie) sau o constelație familială. Persoanele dintr-un grup de formare pot reprezenta, simbolic, fiecare membru al familiei, plasat în spațiu în funcție de felul în care percepem raporturile dintre membrii familiei. Acest demers a fost perfecționat de Bert Hellinger. Tatăl poate sta așezat pe un scaun, pentru a-și arăta autoritatea. Fiul cel mare este cel mai aproape de el, într-o poziție care îi arată supunerea și ascultarea, copilul considerat a fi oaia neagră a familiei este așezat la distanță, cu spatele la ceilalți. Cele două surori complice sunt foarte aproape una de alta etc. Vizualizarea rezultatului și sentimentele descrise de fiecare persoană în „rolul” ei pot fi uimitoare și pline de descoperiri!

- Faceți desene care să vă illustreze amintirile. De exemplu, puteți desena familia la masă (cu felul în care erau distribuite locurile la masă), desenați casa familiei și indicați în detaliu la ce folosea fiecare cameră și unele obiecte.
- Reconstituiți o scenă importantă, ca într-un teatru. Este tehnica folosită în psihodramă.
- Adeseori lucrurile lipsă sunt cele mai grăitoare... Nu ezitați să săpați și mai mult în crengile arborelui genealogic, care se dovedesc a fi sărace în informații.

Rezumat

1. Desenați patru linii orizontale (pentru patru generații). Linia de sus indică generația cea mai veche (străbunicii), următoarea cea a bunicilor, apoi cea a părinților și ultima, reprezintă copiii. Pot fi reprezentați doar bunicii, părinții și copiii.
2. Notați toate datele membrilor familiei. Includeți și avorturile, sarcinile false și copiii morți mici, în linia fraților. Numerotați membrii fiecărei linii de frați.
3. Culegeți cât mai multe informații despre membrii familiei, începând cu cele mai simple (data nașterii, a căsătoriei, decesul...) Scrieți alături de numele fiecărei persoane punctele importante din viața sa. Dacă lucrați pe o anumită temă, concentrați-vă cercetarea pe acel subiect. Pentru o

geno-sociogramă, adăugați faptele istorice, cele socioeconomice precum și evenimentele politice, culturale și militare asociate cu epoca studiată.

4. Notați repetițiile sau dificultățile care circulă din generație în generație. Există o temă care se repetă în mod special? Stabiliți legăturile transgeneraționale între persoane.
5. Alegeți strategii care să scurt-circuiteze transmisiile negative și să „curețe” memoriile familiale. Apoi nu rămâne decât să treceți la acțiune!

CAPITOLUL 6

INFLUENȚA SECRETELOR ÎN TRANSMITEREA INTERGENERAȚIONALĂ

Secretele de familie reprezintă calea cea mai sigură de transmitere a repetițiilor transgeneraționale. În orice familie există aspecte neclare, informații trunchiate, secrete. Dar ce înseamnă un secret? Este o informație care nu este împărtășită de către toți membrii familiei, ci doar de un mic număr al acestora, pentru a-și ascunde rușinea, pentru a nu-i răni pe cei apropiați, pentru a păstra familia unită sau în numele unei credințe.

În ciuda intențiilor bune care pot fi la originea unui secret, acesta rămâne un fel de corp străin în inconștientul familial și pe termen lung este toxic și nociv. Păstrarea secretelor necesită foarte multă energie. Acestea sunt cauza angoaselor, a obsesiilor compulsive sau a depresiilor care se pot prelungi în mai multe generații. Dacă leagă unii membri ai familiei, îi izolează și atrage automat un fenomen de excludere din partea celorlalți, spărgând solidaritatea și încrederea necesare dezvoltării unei familii. În plus, blochează evoluția unuia sau mai multor descendenți atunci când nu există un arbore genealogic complet.

Există secrete bune?

În romanul *1984* al lui George Orwell, Big Brother distruge secretul gândirii individuale, iar această transparență se dovedește a fi o adevărată tortură. Nu trebuie să dezvăluim totul! Unele informații țin de viața personală, intimă și nu dăunează nimănui. De aceea este important să facem o distincție între secretele „bune” și cele „rele”, cele patologice.

Fiecare, de exemplu, are dreptul la intimitate, la pudoare. Visele personale, gândurile intime, opiniile politice sau religioase, nevoia de a fi singur pentru a te spăla, îmbrăca, a merge la toaletă, a plânge, a te ruga etc. Sunt zone protejate necesare dezvoltării oricărei persoane. Viața amoroasă care unește doi parteneri nu este un lucru ce trebuie împărtășit celorlalți. Nașterea unui copil sau moartea cuiva nu sunt evenimente publice. Dorința de a face cuiva o surpriză plăcută implică pentru moment, faptul de a-i ascunde petrecerea ce i se pregătește, e un secret nevinovat, care ne amuză pe toți. Legea permite și uneori chiar pretinde păstrarea secretului în unele situații: de exemplu secretul profesional dintre un medic, un terapeut sau un client, cu scopul de a sigura confidențialitatea între cele două părți. În industrie, păstrarea unui secret de fabricație este necesară pentru a evita copierea acestuia și pentru a nu pierde privilegiul, protejat de lege, de a trăi din propria creativitate.

Secretele patologice conțin cu totul alt tip de secrete. Sunt cele care aduc un prejudiciu cel puțin unei persoane, adult sau copil, precizez acest lucru deoarece încă avem obiceiul supărător de a nu considera un copil mic ca fiind pe același plan cu ceilalți membri ai familiei. De unde provine faimoasa vorbă „El e prea mic ca să înțeleagă”. Françoise Dolto este cea care a demonstrat eroarea unei astfel de afirmații.

La emisiunea televizată „Viață privată, viață publică”, un participant a povestit faptul că, până la vârsta adultă, i-a fost ascuns faptul că se născuse din prima căsătorie a mamei sale, căsătorie ce fusese ascunsă cu grijă de toată familia, deoarece pe vremea aceea divorțul era considerat o rușine. Așadar, tatăl lui nu era cel care credea el. La fel, numele lui de familie nu era cel pe care îl purtase când era școlar. Iar frații și surorile lui erau de fapt frați vitregi. O astfel de descoperire

este un adevărat șoc! Și un al doilea șoc a fost atunci când a constatat, întrebându-și unchii și mătușile, că toată lumea știa, în afară de el! S-a simțit trădat, exclus, disperat. Părinții lui au încercat să justifice secretul de familie spunând că nu voiau să existe o diferență între copiii lor. O dorință frumoasă, care însă ascundea faptul că voiau să-și protejeze confortul, neputând face față întrebărilor ce li s-ar fi pus cu siguranță, legat de faptul că băiețelul purta un alt nume. Apoi bărbatul a început căutărilor complicate e o birocrație încălțită, pentru a-și găsi tatăl biologic. În urma decesului părinților săi, frații și surorile lui s-au folosit de statutul său special, pentru a-l exclude de la moștenire, lucru care a dus la o ruptură importantă. Și astfel, un secret menit a păstra unitatea familiei, a ajuns în cele din urmă să o distrugă. Este doar un exemplu de dezastru ce poate fi provocat de un astfel de secret.

Principalele tipuri de secrete

Lista secretelor nocive este lungă și variază în funcție de epocă, unele acte putând fi considerate grave la un moment dat și banale în altă perioadă. Este cazul copiilor născuți în afara căsătoriei, a mamelor necăsătorite, a cazurilor de homosexualitate sau a depresiorilor, considerate a fi scandaloase și rușinoase până în urmă cu 40 de ani, care acum sunt acceptate normal. Și invers, există lucruri noi ce sunt considerate rușinoase, precum SIDA, fecundarea *in vitro*, pornografia de pe Internet. John Bradshaw a stabilit un repertoriu al secretelor, foarte interesant, plecând de la secretele cel mai nocive (crime sexuale, omoruri, incendii voluntare...) până la cele care sunt mai ales surse de angoasă (fobii, rușinea de nivelul de educație, șomaj...). Cele mai frecvente se referă la **origine**, precum nașterea în urma unui viol, frații și surorile ascunși, adopția, paternitatea incertă, rușinea de originea etnică etc. Intriga celebrei trilogii *Războiul stelelor* consta de fapt în mărturisirea tulburătoare a lui Darth Vader, către Luke: „Eu sunt tatăl tău!”

Moartea constituie o altă ocazie pentru secrete, mai ales sinuciderea, moartea violentă, disparițiile inexplicabile; bolile considerate a fi rușinoase, precum SIDA și bineînțeles, moartea cauzată de crimă, fie că e vorba despre omucidere sau despre crime în masă, genocid. Trăim într-o societate care are ca ideal

absolut tinerețea și sănătatea și care, prin urmare nu se simte deloc în largul ei când este vorba despre moarte, astfel încât a redus ritualurile legate de aceasta la minimum. Prin îmbătrânirea populației și cultul tot mai mare al tinereții, din Occident, tot ceea ce se referă la bătrânețe și la moarte este din ce în ce mai tabu și probabil va constitui sursa secretelor pentru anii ce vor urma. Și nu este vorba doar despre a nu ne dezvălui vârsta! Astfel, toate lucrurile referitoare la corp vor fi din ce în ce mai importante: obsesia greutatei, chirurgia plastică, anorexia, bulimia, diferențele fizice, handicapul, bolile, tratamentul lor, sechelele, dependența de alcool sau de droguri etc.

Sexul – și tot ceea ce este legat de viața sexuală – cuprinde un număr incredibil de secrete: incest, adulter, bigamie, homosexualitate, bisexualitate, viol, viol conjugal, masturbare cronică și pornografie, frigiditate, impotență, voyeurism, zoofilie, fetișism, prostituție, sadomasochism, strângulare erotică, pornografie infantilă, servicii sexuale, relații neprotejate MTS etc.....

Chiar dacă le cunoaștem acum mai bine, **bolile mintale** sperie în continuare și pot exista în lista secretelor: internările în centre psihiatrice, despresii severe, crizele de angoasă, ideile de sinucidere, maniacodepresivii, schizofrenia, tulburările de personalitate, paranoia, fobiile, autismul sau chiar o simplă hiperactivitate în cazul unui copil, pot fi un prilej de a avea secrete.

Banii – și tot ceea ce ține de mediul profesional – constituie un element central în societatea noastră de consum și, în consecință, generează mai multe secrete decât am putea crede. Este suficient să ne gândim la modurile ilegale de a face rost de bani sau de bunuri: furturi, falsificarea cardurilor de credit, evaziune fiscală, escrocherie, deturnarea fondurilor, spionaj industrial, trafic de droguri etc. Obsesia muncii (ergomanie sau *workaholism*), obsesia banilor, a pariurilor, a jocurilor de noroc, avariția, economiile compulsive, toate acestea sunt comportamente excesive legate de bani. La acestea se pot adăuga toate secretele legate de pierderea banilor: concedierea, șomajul, sărăcia, dependența de părinți sau de ajutorul social, pierderea averii, falimentul, copiii dezmoșteniți, nedreptăți legate de împărțirea banilor sau a averii, rușinea de a

aparține unei clase sociale mai puțin apreciate, pierderea reputației etc.

Relațiile familiale – pot fi adeseori probleme întreținute și ascunse, în loc să fie rezolvate: violența conjugală, violența față de cei mai în vârstă, maltratarea sau neglijarea copiilor, copii care suferă...

Și mai există de asemenea unele secrete pe **plan social**: apartenența la un grup terorist, la o sectă rasială sau satanică, închisoarea... Pe scurt, poate fi vorba despre orice tip de comportament care este în afara normei sociale.

Efectele secretului

Consecințele secretelor pot fi numeroase și nocive. Un secret poate avea ca prim efect divizarea unui grup- fie el familial sau profesional- în două părți și introducerea unei duplicități. Fie că este vorba despre împrejurările morții bunicii, de relații sexuale dintre patron și o angajată sau de exterminarea unei părți din populație, este vorba despre același mecanism care se pune în joc, chiar dacă are loc la o scară diferită. De aceea studiul rolului jucat de secretele de familie în societatea noastră este o formă de a preveni închiderea în care tinde să se înscrie orice putere totalitară în psihismul celor care o suportă.

Secretul are ca efect nu doar apropierea dintre cei care îl împărtășesc, ci și legarea acestora prin tăcere și amenințarea cu represalii dacă încalcă acel pact. În secte și anumite grupuri închise, secretele sunt cimentul coeziunii dintre membrii. Un secret conferă celui care îl deține o putere asupra celorlalți, având sentimentul că este important. El este cel care decide cui îl va divulga și cui nu. Dacă necunoașterea unui secret poate pricinui o suferință, a face parte dintre cei care cunosc un secret poate de asemenea provoca confuzie, consternare și suferință.

Orice secret implică existența, în cazul celor care îl dețin sau îl mențin, a unei închideri psihice care îi face să "știe totul neștiind nimic" sau "să nu știe nimic deși știu", sunt împărțiți în două. Astfel, secretele constituie adevărate corpuri străine în personalitate, din care rezultă după câțiva ani o structură de gândire constantă, lucru care explică de ce anumite comportamente construite în jurul unui secret pot continua să

existe și după dezvăluirea secretului. Cel care păstrează un secret are o structură psihică caracteristică. Un eveniment păstrat secret divide psihicul individului, ruptură care produce inevitabil comportamente și cuvinte ce pot părea ciudate, contradictorii sau paradoxale. Aceste manifestări verbale diverse constituie ceea ce a fost denumit "curgerea secretului". Cei care au o legătură afectivă intensă cu o persoană având o astfel de structură psihică, copiii sau partenerul de viață, riscă să fie tulburați de acest lucru și să trăiască o mare dezamăgire.

Anturajul celui care deține un secret primește din partea acestuia mesaje contradictorii și, pe termen lung, o senzație că se întâmplă ceva ciudat. Se poate întâmpla ca cei din jur să se teamă de acesta, fără să știe de ce anume. Iată câteva exemple de situații care pot dezvălui faptul că cineva deține un secret.

- Persoana în cauză supraestimează știința, singurul domeniu în care curiozitatea este autorizată.
- În comunicarea cu ceilalți, trimite adeseori mesaje duble (*double binds*) și propuneri contradictorii interlocutorilor săi, lucru care îi derutează și îi face să nu știe cum să reacționeze. De exemplu, un soț îi spune soției sale: "Nu mă mai pune pe un piedestal!" pentru ca mai apoi să îi spună: "Vreau pe cineva care să mă răsfete!" Îi arată afecțiune pentru început și apoi respingere, fără niciun motiv cunoscut.
- Persoana în cauză poate avea izbucniri de furie, spontane și imprevizibile sau comportamente excesive declanșate de lucruri banale.
- Persoana respectivă poate să semene într-un mod caricatural cu o un părinte decedat, care a purtat același secret sau un secret similar, lucru care îngreunează procesul de doliu.
- În relațiile sale sociale și când îi judecă pe ceilalți, purtătorul unui secret dezvoltă o dihotomie bun-rău, aliat-inamic.
- Uneori are un comportament de supunere exagerată sau invers, o compensație prin abuz de putere, direct sau indirect.

- Persoana în cauză, mai ales dacă este vorba despre un copil, poate deveni inhibată, pasivă sau lipsită de curiozitate.
- Un secret este întotdeauna susținut de cuvinte condamnate la tăcere, devenite tabu, sau care pot provoca angoase inexplicabile. Chiar și un cuvânt asemănător cu cel ascuns sau cu un sens apropiat, poate provoca aceeași anxietate. De exemplu, dacă secretul constă în faptul că cineva din familie s-a spânzurat, orice folosire directă sau indirectă sau tot ceea ce evocă acel cuvânt (a suspeda, a se balansa, coardă etc.) va stârni o stare de rău.
- În aceeași ordine de idei, o scenă dintr-un film sau o emisiune la televizor, referitoare la subiectul ascuns, va provoca de asemenea anumite reacții. De exemplu, un bărbat care a fost agresat sexual de către un necunoscut va închide televizorul de fiecare dată când va exista un subiect relativ la această situație sau va ieși brusc din cameră.
- Cei care poartă un secret pot avea crize de angoasă trecătoare și inexplicabile.
- Orice persoană care cunoaște un secret devine la rândul ei capabilă să producă noi secrete.

Secretele de familie sunt distructive deoarece rup legăturile de încredere și de intimitate esențiale oricărei relații. Îngrădesc libertatea de exprimare a celui care le deține și creează o distanță psihologică și afectivă între acesta și anturajul lui, chiar și cel apropiat.

În plus, secretul se imprimă în inconștientul familiei și se va exprima mai târziu în comportamentul unuia sau mai multor descendenți. Persoana în cauză transmite, fără voia sa, o situație, în ciuda bunelor sale intenții și a dorințelor sale. Acest efect paradoxal se poate regăsi în istoricul multor oameni care vor să scape de o situație familială care îi face să sufere (alcoolismul unui părinte, incest, violență, depresie etc.) dar pe care ajung să o repete.

Richard este profesor de liceu și are un secret îngrozitor: a abuzat una dintre eleve, convingând-o să se dezbrace, în fața unui grup de elevi, pentru "a ilustra" un curs legat de educația sexuală. Și-a folosit autoritatea și puterea de convingere pentru a impune tăcerea grupului de elevi, însă până la urmă s-a aflat și a fost chemat de directorul liceului. Cum plângerile se refereau la "modul său de a preda" și era vorba despre o școală particulară, unde se voia evitarea scandalului, pentru păstrarea bunei reputații, direcțiunea s-a mulțumit să nu-i mai reînnoiască contractul și profesorul a putut preda apoi în alte școli. Soția lui a fost surprinsă de faptul că soțul a fost concediat, dar el, fiindu-i teamă că va pierde dragostea acesteia, evită să vorbească despre subiect și păstrează secretul. Ascunde de asemenea și faptul că, el însuși a trăit un abuz sexual, când era mic. Apoi apar consecințele: când urmarea filmul "Prințul mareelor" începe să tremure, văzând o scenă în care un copil este abuzat sexual și iese brusc din sala de cinema. Uneori are crize de anxietate incontrolabile și atunci răătăcește fără niciun scop, ore în șir, în timp ce soția îl așteaptă îngrijorată și dezarmată. Refuză în continuare să vorbească de atacurile sale de panică, sub pretext că este stresat și epuizat de muncă. Soția sa dezvoltă o frică excesivă de agresiunile sexuale, pe care le-ar putea suferi copiii și îi supraprotejează. Nefiind niciodată agresată sau victima unui incest, nu reușete să-și explice reținerea, pe care i-o reproșează Richard! Începe să fie tot mai interesată de psihologie, iar soțul ei, de teamă că va fi demascat, îi devalorizează preocupările și se îndepărtează de ea. Între ei se mărește distanța și, în cele din urmă, femeia își părăsește soțul, care obține astfel exact contrariul a ceea ce voia să evite prin păstrarea secretului.

Partea de umbră refulată în inconștient, nu rămâne doar la persoana în cauză, ci circulă în inconștientul familial. Astfel, secretele de familie ajung să aibă repercursiuni asupra celui care poartă secretul și asura anturajului acestuia, nu doar pe termen scurt, ci și asupra generațiilor viitoare.

Transmiterea unui secret sau apariția unei fantome

Secretele de familie îi privează pe descendenții legați în jurul secretului, de elementele necesare construirii identității acestora și produc o oprire a procesului de viață la unul sau mai mulți dintre descendenți, care se regăsesc într-un fel purtători ai dificultății ascunse (unii ajung chiar "posedați" atât de neclar este fenomenul). Iată cum se întâmplă acest lucru. În prima generație, se declanșează procesul, atunci când există un eveniment rușinos care nu este divulgat tuturor. **Secretul** este cunoscut doar de câteva persoane, care trebuie să controleze informația, refulând-o, precum și toate sentimentele pe care le stârnește și este ignorat de celelalte persoane. Sau secretul este cunoscut de mulți oameni și ignorat doar de câțiva. Iar cei care îl cunosc discută uneori pe ascuns.

Trăirea generației următoare corespunde **lucrurilor nespuse**, adică unii membri ai familiei, de obicei mai puțini, decât cei din prima generație, știu sau bănuiesc ce s-a întâmplat, dar nu vorbesc despre acel lucru. Este legea tăcerii, un subiect tabu despre care este interzis, în mod tacit, să se vorbească.

În cea de a treia generație, se există ceva **indicibil** sau **de negândit**. Secretul este într-un fel uitat și doar câțiva descendenți pot ghici sau simți că s-a întâmplat ceva. Dar este ceva neclar, din care au rămas doar câteva reminiscențe vagi, care par improbabile sau chiar ireale. Se spune că probabil a existat ceva, pe vremea cutărui ascendent, dar că sunt doar zvonuri, este imposibil...

În cele din urmă, în cea de a patra generație, apare o **fantomă**. Aproape nimeni nu mai este la curent cu secretul, și pe bună dreptate, nimeni nici măcar nu se mai gândește la ce s-a putut întâmpla cândva. Cu toate acestea, unul dintre descendenți va repeta drama sau o va dezvălui, la rândul lui! **Cripta**- persoana din familie care moștenește secretul, persoana al cărei inconștient nu a uitat evenimentul și poartă fantoma strămoșului care a creat acel secret. Abraham și Torok descriu fantoma ca fiind "o formațiune a inconștientului care are ca particularitate faptul de a nu fi fost niciodată conștientă și care

rezultă din trecerea inconștientului unui părinte în inconștientul unui copil". Fantoma este deci felul în care secretul nemărturisit (incest, crimă, traumatism...) trece în inconștientul altcuiva, ca mărturie a existenței unei situații nedrepte, neterminate sau disimulate. Se manifestă prin cuvinte, acte ciudate, simptome de fobie, obsesii, hobby-uri ciudate, coșmaruri repetitive, al căror conținut nu are nicio legătură cu viața actuală a persoanei în cauză etc.

Un caz grăitor pentru manifestarea unui secret prin intermediul activităților din timpul liber este cel al vânătorului de fluturi, descris de Nicloas Abraham și citat de Anne Ancelin, în cartea *Ah, strămoșii mei!* Iată un scurt rezumat.

Un bărbat care nu știa nimic despre trecutul bunicului său matern, era colecționar, pe două planuri. Ca geolog amator, spărgea pietre și extrăgea mineralele interesante, iar pe de altă parte, vâna fluturi, pe care îi prindea și îi ținea apoi în borcane. Simțea o stare de rău ciudată, a trecut prin mai multe terapii eșuate, înainte de a fi invitat de Abraham să facă niște cercetări legate de familia lui. A descoperit astfel că exista un secret, cu privire la bunicul său matern, pe care nu l-a cunoscut niciodată. Acesta jefuise o bancă și a fost trimis în Africa, să spargă pietre, apoi a fost executat într-o cameră de gazare... Și cum își ocupa personajul nostru timpul liber? Exprima de fapt secretul pe care nu îl cunoștea la nivel conștient, dar pe care inconștientul său îl repeta cu fidelitate.

Iată un alt exemplu, referitor la un act criminal.

În prima generație, străbunicul, gelos și dominator, a bănuț că soția lui l-a înșelat atunci când a rămas însărcinată, deoarece fusese plecat de acasă câteva săptămâni. A obligat-o să-și ascundă sarcina și a omorât imediat după naștere copilul "nelegitim", aruncându-l în soba cu lemne și impunând tăcerea persoanelor părtașe la acea dramă. În generația a doua, fiicele, legate de mama lor, au avut sarcini false, iar în generația a treia, avorturi. În cele din urmă, una dintre strănepoatele din generația 4, a început să aibă, în jurul vârstei de douăzeci de ani, coșmaruri cu copii arși în incendii. Doar

prin terapie a descoperit cheia pentru descifrarea acelor coșmaruri îngrozitoare care îi bântuiau nopțile.

Copiii sunt marii reparatori ai suferințelor înaintașilor lor. Când există un secret de familie, va exista cel puțin un urmaș care să repete o situație cu scopul de a aduce la lumină secretul, fără să poată extrage nici cel mai mic avantaj creativ, în majoritatea cazurilor. Secretele îi pot îmbolnăvi pe unii descendenți, îi pot face să devină delicvenți, toxicomani, cu tulburări de personalitate sau îi pot face să trăiască o serie de eșecuri de neînțeles... Și dacă aceste tulburări nu au fost declanșate direct printr-un secret de familie, existența unui secret le poate agrava. Nu vom putea face să progreseze arborele genealogic, dacă nu vom spune adevărul.

Pierre, în vârstă de 33 de ani a trăit cu bine nașterea primului său copil. Sosirea celui de-al doilea copil a iscat probleme, care s-au reflectat prin momente de agresivitate față de soția lui și sentimente de respingere față de cel de-al doilea copil. În genogramă, a descoperit existența unor probleme legate de cel de-al doilea născut din familie, timp de trei generații: copiii care au murit la naștere, boli mintale, toxicomani, cel mai adesea aceste lucruri fiind ascunse. Pierre a înțeles astfel sursa inconștientă a angoasei lui. Astfel, eliberarea de secretele de familie devine o condiție prealabilă succesului unei psihoterapii. (a se vedea Tisseron, p. 82-83)

Așa cum un copiator multiplică mai multe exemplare din același document, secretele de familie favorizează reproducerea unei probleme similare, de la o generație la alta. Este ca și cum acea repetiție ar încerca să stabilească dialogul familial din jurul unui eveniment ținut în secret, dar presimțit și să îl rezolve.

Un bărbat murise de sifilis, boală rușinoasă în acea epocă, iar nepotul lui a murit de SIDA. Repetarea a facilitat comunicarea, deoarece doar atunci mama tânărului a mărturisit familiei cauza morții tatălui ei...

Alegerea unei profesii ne poate ajuta uneori să facem un soi de reparare simbolică a traumei păstrate secrete.

O tânără lucra ca manichiuristă. Această meserie, mai degrabă ingrată, constă în îngrijirea unghiilor altora, pentru ca clientele să aibă unghii frumoase, tari, care nu se rup. Tatăl ei fusese partizan în timpul războiului din Spania. A aflat că fusese obligat să sape tunele în dealuri pentru a se adăposti și a supraviețui. Creierul ei, având o rezonanță biologică, exprima prin unghii nevoia de a scormoni o gaură, ca un animal ce își sapă un bârlog. Astfel, găsisse o soluție pentru stresul tatălui ei. (Gérard Athias, p.100)

Referitor la acest subiect, Tisseron și alți autori au analizat cazul lui Hergé, în care secretul a favorizat o operă codată, din care a derivat celebritatea și averea acestuia. Bunica lui Hergé (născut cu numele de Georges Rémi), Marie Dewigne, a avut doi gemeni - Alexis, tatăl lui Hergé și Léon - fără să fie căsătorită și nici măcar în relație de cuplu. Marie Dewigne s-a căsătorit formal, luând numele de Rémi. Uneori mama lui Hergé îi spunea acestuia că bunicul lui a fost un om lipsit de importanță, alteori însă afirma cu un aer misterios: "Nu îți spun cine este bunicul tău, deoarece ți se va urca la cap acest lucru!" În copilărie, Hergé s-a simțit foarte puternic atras de personajul din romanul *Singur pe lume*, al cărui erou se numea Rémi. Fratele de suflet al personajului se numea Alexis, ca și unchiul lui Hergé, iar sora lui, Lisa. Tânărul erou Tintin este orfan, iar Hergé va face din căpitanul Haddock, descendentul nerecunoscut al lui Ludovic al XIV-lea... ca și cum ar fi putut fi povestea lui!

Tintin, Haddock și Tournesol reprezintă trei aspecte ale personalității lui Hergé... și a oricărui copil confruntat cu un secret de familie:

- Tintin se străduiește să rezolve enigmele
- Haddock își pierde speranța și se scufundă în alcool
- Tournesol se refugiază în surditatea lui și în singurătatea muncii sale.

Opera lui Hergé preia astfel, într-un mod simbolic și inconștient, toate întrebările și ipotezele referitoare la secretul familiei lui, care îl preocupau, în copilărie.

Pe scurt, fantoma nu este un mort care ne bântuie, ci o creație a inconștientului, care reprezintă secretul nemărturisit al unui urmaș, care se transmite de la o generație la alta. Acestă zonă de umbră este de obicei un eveniment traumatizant, pe care s-a considerat a fi util să se păstreze secret și refulat, de exemplu, o moarte violentă, un incest, un copil născut în urma unei infidelități, o boală rușinoasă, un abandon etc. Ceea ce nu s-a spus se transformă în indicibil, apoi se cuibărește în inconștientul unui descendent, care reprezintă cripta. La două sau trei generații după acea dramă, fantoma iese din criptă și se pot observa comportamente ciudate și repetitive. Unii descendenți plătesc astfel un tribut greu pentru trecutul familiei lor, deoarece în spatele unui secret există întotdeauna o suferință refulată.

Capcana bunelor intenții

Este o greșală să crezi că alegerea de a păstra un secret îi privește doar pe protagoniștii acelei situații. De fapt, copiii sau cei apropiați, supuși unui secret de familie, suferă foarte mult. Bineînțeles, nu lipsesc pretextele pentru a justifica tăcerea, mai ales când este vorba despre copiii familiei. Părintele ascunde evenimentul deoarece:

- nu vrea să pară nedemn și vrea să-și protejeze imaginea
- pentru a nu-l dezamăgi pe celălalt sau pentru a nu fi obligat să facă față dezamăgirii acestuia
- în virtutea credinței conform căreia copilul este prea mic pentru a putea înțelege ceva
- în virtutea credinței conform căreia astfel de lucruri nu sunt pentru copii
- spunând că nu trebuie să se complice viața copiilor cu astfel de lucruri
- spunând că oricum, copilul va afla imediat ce va fi suficient de mare

Un secret este păstrat adeseori în scopul de a proteja o persoană apropiată sau de a nu altera o relație, dar, pe termen

lung, are efectul contrar. Decepția provocată de constatarea că, în toți acei ani, una sau mai multe persoane l-au mințit, creează un sentiment de trădare în cazul celui exclus, care își spune:

- am fost ținut la distanță, exclus de la o comunicare adevărată
- ceilalți s-au îndepărtat de mine, fără să o arate
- nu mi s-a oferit posibilitatea de a afla ce nu este în regulă, de a vorbi despre acest lucru, de a înțelege, de a preveni ruptura din comunicare
- ceilalți nu au avut încredere în mine
- am fost exclus din familie, nu am fost tratat ca un membru adevărat al familiei
- oare ce am făcut să fiu considerat nedemn să aflu ce s-a întâmplat?

Mulți oameni simt acest lucru ca pe un asasinat psihic. Ca și în cazul transmiterii secretului, inconștientul copilului, care percepe, intuitiv secretul, reacționează prin diverse comportamente de adaptare care pot însemna:

- ceea ce își dorește de fapt părintele

Mama lui Emilie nu a măștrurisit nimănui faptul că, la 16 ani a rămas însărcinată, într-o vreme în care mamele singure erau considerate o rușine pentru familie. Părinții au obligat-o să își dea primul copil spre adopție, deși și-ar fi dorit să-l păstreze. În ciuda precauțiilor contraceptive și a sfaturilor, Emilie rămâne însărcinată la vârsta de 16 ani... Lucru care o face pe mama ei să o ajute și să își asume îndeplinirea acelei sarcini, să înceheie astfel cumva, situația ei neterminată.

- fidelitatea copilului față de o persoană:

Mi s-a cerut să intervin în cazul unui băiețel de șase ani a cărei dezvoltare metală și ale cărui comportamente corespund unui copil de 2 ani. Copilul fusese examinat de diverși specialiști, care însă nu au găsit cauza retardului său. Vorbește puțin, nu își privește interlocutorul în ochi și are o serie de comportamente agresive. Își petrece mult timp lovind două obiecte oarecare, unul de altul. Am aflat că mama lui a murit într-un accident de mașină, când el avea doar 22 de luni.

Întrebând cum și când i s-a anunțat vestea, mi s-a răspuns că nimeni nu i-a spus nimic niciodată! Cei din jurul lui au considerat că e prea mic pentru a înțelege ce se întâmplase și astfel a rămas cumva în perioada în care a murit mama lui. În plus, tatăl lui, distrus de moartea bruscă a soției, a refuzat de atunci să mai vorbească vreodată despre acest lucru. Totuși, oprirea copilului din dezvoltare ne arată faptul că a înțeles că a pierdut o legătură importantă, vitală pentru evoluția lui și obsesia lui de a lovi obiectele între ele, seamănă în mod ciudat cu o tentativă de reconstrucție a unui accident, ca și cum ar încerca să înțeleagă cum a murit mama lui... A fost suficient să vorbim despre acel subiect traumatizant, care l-a atins în mod direct, pentru a-l vedea din nou zâmbind, pentru a înceta să mai lovească obiectele unul de altul și pentru a-și relua evoluția normală.

- Sunt capabil să înțeleg această poveste:

Publicitatea acordată vieții duble a lui François Mitterand, la moartea acestuia a dezvăluit alte două surse importante de secrete: boala și existența legăturilor extraconjugale stabilite de unul sau altul dintre părinți. Văzând imaginile cu fiul lui de nouă ani, o mamă se revoltase aflând despre viața dublă a președintelui, iar fiul ei i-a răspuns, cu un aer blazat că, jumătate din Franța trăia în acest fel. Ceea ce este remarcabil în acest caz, este faptul că tatăl copilului chiar avea o amantă, iar soția lui știa și suferea din această cauză, dar ambii părinți hotărâseră să ascundă situația copilului lor, pentru a nu-l face să sufere. Răspunsul copilului arată faptul că a înțeles totul: "jumătate" din părinții lui, trăiesc de fapt așa, deoarece tatăl lui are o amantă. Acesta este paradoxul secretelor. (Tisseron, p.11)

- Știu ce s-a întâmplat

Veronique, în vârstă de 10 ani, fură obiecte din magazinele din centru și, până la urmă este prinsă. Mărturisește că nu obiectele propriu-zis o interesează și că nu știe de ce face acel lucru, simte ceva mai puternic decât ea. În timpul terapiei, mama ei cedează și mărturisește că i-a ascuns

fiicei sale faptul că ea însăși a fost condamnată și închisă pentru furt din magazine.

Olivier, de 12 ani, are o fascinație deosebită pentru cuțite și alte obiecte ascuțite și tăioase și adeseori ține discursuri morbide, deși mama lui controlează filmele la care se uită copilul și nu acceptă nicio violență în mediul lui. Terapia dezvăluie faptul că, mama îi ascunde lui Olivier faptul că tatăl lui murise într-un accident de mașină. Îl lăsase să creadă că tatăl lui murise într-un accident de mașină. Comportamentul copilului ne arată clar faptul că inconștientul lui "știe" adevărul despre moartea tatălui său. Iar faptul de a nu-i dezvălui secretul întreține riscul ca acesta să se taie sau chiar să se omoare într-o zi în același mod.

- Nu ai de ce să te simți vinovat, uite, și eu fac la fel ca tine! La vârsta de 10 ani, rezultatele școlare ale lui Lucas au scăzut în mod inexplicabil. Terapeutul a descoperit că tatăl lui a fost concediat, dar, de rușine că își pierduse locul de muncă, a ascuns copilului acest lucru și chiar s-a prefăcut că pleacă dimineața la birou și că se întoarce seara acasă. Dificultățile școlare ale lui Lucas s-au clarificat astfel imediat. Era ca și cum copilul îi transmitea tatălui său următorul mesaj: "Să nu-ți fie rușine, nici eu nu mai muncesc!" Problema s-a rezolvat imediat ce tatăl a dezvăluit secretul, (Tisseron, p.26)

Când unui copil i se ascunde ceva ce îl privește pe el, la ce vârstă trebuie îi spunem copilului secretul? Françoise Dolto recomandă să îi spunem foarte repede, chiar dacă este încă un bebeluș.

Serge Tisseron povestește povestea lui Jeanne, căreia părinții îi ascunseseră faptul că fratele ei mai mare se născuse din prima căsătorie a mamei ei și era în realitate fratele ei vitreg. Când i s-a spus, fetița a plâns și le-a reproșat părinților ei faptul că o mințiseră timp de cinci ani. Cel mai dureros lucru pentru ea era faptul că toți ceilalți membri ai familiei (unchi, mătuși, bunici...) știau. Mama ei, după mai multe argumente care îi justificau tăcerea, a întrebat-o până la urmă pe Jeanne când ar fi preferat să afle adevărul. Fetița i-a răspuns fără

nicio ezitare: "Trebuia să îmi spunei când eram foarte mică, nu aș fi înțeles nimic, nu aș fi plâns, dar aș fi știut totul!" (Tisseron, p.109)

Câtă înțelepciunea există în țipetele din suflet ale aceluia copil!

Dezvăluirea unui secret

Cum puteți afla dacă există un secret în familia voastră? Există un mijloc foarte simplu, acela de a întreba! Pe cine? Pe părinții, pe frații și surorile voastre, pe unchi, pe mătușile, pe bunicii, pe verii voștri etc. Să nu fiți vindicativi, spunând, de exemplu: "O să îmi spui adevărul!", ci mai degrabă diplomați, sugerând ceva de genul: "Am o senzație ciudată în ceea ce privește acea situație din familia noastră." Sau "Se pare că, în majoritatea familiilor există secrete... Crezi că există și în familia noastră?" Fiți foarte atenți la primele reacții ale interlocutorului vostru. Dacă vă răspunde pe un ton agresiv, iritat sau nervos, de exemplu:

- Un secret, ia te uită! Există vreun secret în familia noastră?"

- Mă înnebunești cu întrebările tale!

- Nu îți dai seama despre ce vorbești!"

Sau

-"Este ridicol!"

Sau, dacă vă întoarce spatele, ignoră întrebarea sau refuză să vă răspundă, puteți fi siguri că există un secret dar nu sunteți gata să-l descoperiți, cel puțin nu de la acea persoană!

Dacă vi se spune:

- "Ai auzit vorbindu-se de ceva?"

- Ce vrei să spui prin acest lucru?"

- Am auzit vorbindu-se despre asta, dar nu știu ce s-a întâmplat..."

Poate există un secret și aveți șanse să aflați despre ce este vorba.

Imediat ce începeți să descoperiți secretul, lucrurile încep să se limpezească în familie. Este incredibil cum unele persoane pot apăra un secret pe care l-au creat ele. Denunțarea unui secret se poate izbi de rezistența încăpățânată, după cum

reiese din filmul *Festen*, a lui Thomas Vinterberg. Dezvăluirea unui secret de familie tulbură echilibrul fragil dintre frați, precum și ordinea genealogică. Toată structura construită în jurul unui secret se dărâmă. Liniștea, reputația sau armonia dinainte sunt acum tulburate. Scoaterea scheletelor din dulap este uneori un exercițiu periculos! De fapt, într-o familie unde există mai multe secrete, nici măcar nu se pune înrebarea corectă. Membrii familiei sunt obișnuiți să nu vadă, să nu audă, să nu vorbească...

Secretul este o violență. Fie că l-ați descoperit sau îl purtați în voi de ani de zile, dezvăluirea lui este ca și o explozie cu efect întârziat. Este nevoie de multă precauție. Dar adesori este singurul mijloc care ajută la începerea terapiei și la o eliberare benefică, pentru sine și pentru cei din generațiile viitoare. Cine poartă secretul? Cine îl menține? Ce temeri, ce amenințări, ce rușine, ce presiuni? Care sunt mizele, consecințele și repercursiunile potențiale – fizice, emoționale, economice, sociale și relaționale – care pot fi declanșate de divulgarea secretului?

Toate aceste aspecte trebuie luate în calcul.

O cititoare și-a scris povestea într-o scrisoare, înainte de a cere un sfat. Henriette are 78 de ani. Când era o tânără proaspăt căsătorită, soțul ei a plecat din oraș câteva zile, din motive profesionale. Soacra ei i-a cerut atunci să-l țină la ea pe cumnatul ei, un adolescent de 15 ani, timp de câteva ore, iar ea a acceptat. Însă adolescentul și-a chemat gșaca de prieteni și au violat-o cu toții pe tânăra femeie, în tot acel timp. Șocată, dezarmată și disperată de agresiunea aceea îngrozitoare, într-o vreme în care astfel de subiecte erau tabu, Henriette nu a vorbit niciodată despre acest lucru și l-a convins pe soțul ei să se mute departe de familia acestuia. În săptămânile care au urmat a descoperit cu disperare că era însărcinată. Soțul ei era nebun de bucurie și i s-a născut un băiat, de care a fost atât de mândru, încât soția lui nu a îndrăznit niciodată să vorbească, nici cu el, nici cu altcineva, timp de aproape 60 de ani, despre drama pe care o trăise. După moartea soțului ei, a simțit nevoia să se elibereze de acea greutate și să vorbească despre

ce se petrecuse, înainte de a muri. Trebuie să le dezvăluie copiilor ei adevărul?

Terapeuții nu au fost cu toții de acord ca ea să dezvăluie secretul. Cea care a scris răspunsul, i-a recomandat Henriettei să nu își împovăreze copiii cu acel secret, ci să se elibereze simbolic de el, scriind o scrisoare soțului ei și aruncând-o apoi într-un râu, care va spăla și va face să dispară pentru totdeauna mizeria pricinuită de agresiunea cumnatului ei.

Lucru care ne trimite la următoarea întrebare: "De ce să dezvăluim un secret?" Acestea sunt motivele cele mai des invocate:

- pentru a nu mai exista alte victime, de exemplu în cazul agresiunilor sexuale sau a incestului sau pentru a pune capăt unui comportament inacceptabil,
- pentru a numi un simțământ sau o stare de rău
- pentru a renaște psihic, pentru a ieși din închisoarea care îl ține pe loc și îl menține în trecut pe deținătorul secretului sau pe descendentul acestuia
- pentru a te reconcilia cu trecutul
- pentru a te elibera de culpabilitate, ca victimă sau ca făptaș
- pentru a ridica o contradicție și a deschide un dialog în familie, pentru a aduce viața pe făgașul ei normal
- pentru a lăsa copiilor o moștenire bazată pe adevăr
- pentru a evita repetarea unui eveniment traumatizant
- pentru a preveni apariția unei fantome care să influențeze viața descendenților

"Cineva care își recunoaște greșelile își eliberează arborele genealogic... Adevăratul testament este cel care menționează toate experiențele pozitive ce vor fi transmise și toate nedreptățile generate și care au putut pricinui daune." (Horowitz, p.94)

Există două feluri de a te elibera: pe plan real, când secretul este spus, povestit, dezvăluit familiei și pe plan simbolic, când se restituie violența persoanei care a cauzat prejudiciul, în mod direct sau indirect. Această a doua cale este

cea recomandată de terapeuta care i-a răspuns lui Henriette. Această formă de eliberare va fi privilegiată în unele cazuri, de exemplu atunci când dezvăluirea secretului poate antrena alte agresiuni sau represalii de ordin fizic sau emoțional... de exemplu, atunci când statul sau legea nu oferă un sprijin persoanei care își dezvăluie cu curaj secretul, preferând mai degrabă să o izoleze, să o descalifice sau să o excludă.

Câte femei care au fost violate au avut curajul să-și denunțe agresorul, dar au fost în cele din urmă acuzate de justiție, care ar fi trebuit să le protejeze? Este foarte important să ne asigurăm de faptul că persoana care denunță un act ce contravine drepturilor sale sau legii, să fie protejată și ajutată din exterior. Emisiunile televizate, gen tele-realitate, în care cineva își destăinuie cele mai ascunse secrete, au cauzat foarte multe probleme, deoarece participanții sunt lăsați singuri, fără niciun sprijin, pentru a înfrunta încercările propuse în emisiune. Deși ideal ar fi să dezvăluim toate secretele, este imposibil să generalizăm soluțiile. Fiecare caz trebuie examinat și evaluat, cu ajutorul unui terapeut, dacă este nevoie, înainte de a fi dezbătut public sau ca protagoniștii aceluia secret să fie confrunțați.

Vindecarea de un secret, fie că este vorba despre unul mai vechi sau despre unul mai nou, înseamnă mai întâi a-ți acorda libertatea de a vorbi despre el. Dacă ai fost victima aceluia secret, trebuie de asemenea să poți exprima sentimentele de trădare, nedreptate, rușine, furie, decepție, neputință etc. pe care le-ai trăit. Acest lucru se poate face în fața persoanei care ne-a lezat, iar dacă acest lucru nu este posibil sau nu este dorit, în fața unei a treia persoane, de exemplu un terapeut sau membri ai familiei. Chiar și coșmarurile determinate de apariția unei "fantomе" pot ceda în fața cuvintelor rostite.

"Nu le pot explica (coșmarurile genealogice) doar constat că există (...) Și am constatat că, atunci când descopăr cauza acestor coșmaruri, iar traumatismul a fost rostit și ascultat și se verbalizează imaginile îngrozitoare în fața cuiva care înțelege și știe să facă legăturile, simptomele se diminuează considerabil sau dispar în totalitate." (Canault, p.62)

Există mai multe acte simbolice care pot completa procesul de vindecare: de exemplu, vorbind unui ascendent decedat, la cimitir, alegerea unui obiect, confecționat de voi înșivă, care să simbolizeze violența pe care v-a produs-o secretul persoanei în cauză, se poate scrie o scrisoare pe care să o arzi apoi (Atenție însă, după ce ai scris-o nu trebuie să o recitiți, pentru a nu împrăștiia din nou otrava, în loc să vă eliberați) etc.

Pentru a ne proteja de efectele negative și de consecințele pe termen lung ale unui secret patologic, soluția ideală ar fi să nu mai producem alte secrete! Este nevoie mai degrabă să învățăm să comunicăm. Orice situație nedreaptă sau pe care am trăit-o în suferință are nevoie să fie exprimată în cuvinte. Omul este o ființă care folosește cuvintele, iar când acestea sunt reduse la tăcere, se îndepărtează de viață.

CAPITOLUL 7

EFECTUL UNUI CUVÂNT PUTERNIC ÎN TRANSMITEREA INTERGENERATIONALĂ

Există două modalități importante prin care o problemă se poate repeta, aproape cu siguranță, de la o generație la alta... Mai întâi secretele de familie, apoi cuvintele puternice.

Ce înseamnă un cuvânt puternic?

Cuvântul puternic este o prezicere sau o opinie formulată de o persoană cu o autoritate destul de importantă pentru a declanșa o emoție puternică la cel care le primește. Această persoană cu autoritate poate fi un medic, un preot, un profesor, un părinte, un vindecător, un guru, un oracol... În unele triburi, vrăjitorul poate arunca un descântec asupra unei persoane sau a unui grup. Un medic poate înrăutăți starea unui pacient, pronunțând un pronostic fatal. Cuvântul puternic se înscrie în imaginarul receptorului și produce reacții conștiente și

inconștiente, un fel de efect al lui Pygmalion sau de efect placebo negativ.

Câteva exemple istorice

Un exemplu istoric de prezicere fatidică este cea pronunțată de Jacques de Molay, când a fost ars pe rug. Povestea a constituit subiectul unui film, *Regii blestemați*.

Regele Philippe cel Frumos (1285-1314) suprimase Ordinul Templierilor (1312) și a condamnat la moarte marele maestru al ordinului Templierilor, Jacques de Molay. Când era pe rug, în data de 13 martie 1314, acesta a strigat înaintea de a muri: "Papă Clement, Cavaleri Guillaume! Rege Philippe! În mai puțin de un an vă conjur să apăreți înaintea judecății Domnului pentru a vă primi pedeapsa cea dreaptă. Fiți blestemați! Veți fi blestemi până la a treisprezecea generație a neamului vostru!"

Și așa s-a și întâmplat. Responsabilii pentru acea judecătoare nedreaptă au murit toți în acel an. Treisprezece generații mai târziu, Ludovic al XVI-lea a ieșit din închisoarea de la Consiagerie pe aceeași poartă pe care ieșise și Jacques de Molay, cu 479 de ani înainte, pentru a fi dus la ghilotină. Anne Ancelin merge și mai departe în analiza ei, dezvăluind faptul că, în 1989, anul bicentenarului Revoluției franceze, strănepotul lui Ludovic, al XVI-lea, prințul Alphonse de Bourbon, duce de Anjou, președinte al comitetului Jocurilor Olimpice de iarnă, a fost lovit mortal în cap, de un cablu de fier, în timp ce verifica pârtia de ski de la Beaver Creek. Repetiție genealogică? Coincidență?

Povestea lui Oedip este un exemplu celebru care ilustrează contabilitatea familială tragică.

Cuvântul puternic a fost pronunțat în acest caz de oracol, care a prezis faptul că Oedip își va ucide tatăl și se va căsători cu mama lui. Pentru a scăpa de acest destin oribil, tatăl vrea să scape de copil, având grijă să nu afle nimeni acest lucru. După cum am văzut, este o iluzie să crezi că secretul poate opri sau împiedica o repetiție, din contră, o întărește. Și bineînțeles,

blestemul s-a împlinit și a atins toți descendenții aceluia cuplu, până când Antigona, fiica lui Oedip și a Iocastei a renunțat la orice transmitere. Iar incestul a condus la distrugere.

Alte exemple de cuvinte puternice

Medicii sunt persoane foarte respectate și ocupă un loc important în societatea noastră. Opinia lor contează și, atunci când anunță un pronostic defavorabil, felul în care anunță această veste poate avea un impact mai puternic de cât boala în sine. Astfel, mulți oameni ajung să moară, din cauza a ceea ce Hamer numea, un conflict de diagnostic, adică, primind rezultatul cu privire la o boală gravă, pacienții se îmbolnăvesc și mai mult, nu din cauza bolii, ci deoarece diagnosticul a fost enunțat ca un prognostic definitiv, fără șansă de recurs. Dacă medicul spune, într-un mod categoric: "este un caz incurabil" sau mai rău "mai ai foarte puțin de trăit" iar pacientul are încredere în medic, îi va fi foarte greu să distrugă acest cuvânt puternic. Iar dacă un diagnostic pronunțat într-un mod neprofesionist poate provoca evoluția unei boli, faptul de a ascunde un diagnostic unui pacient, de a nu spune, nu este în niciun caz o soluție. Există un risc mare ca pacientul, când va afla secretul, să se îmbolnăvească și mai grav. Oricum, inconștientul știe întotdeauna ce se întâmplă, chiar dacă pacientul neagă adevărul.

Un tânăr de 17 ani suferă de scleroză în plăci. Medicul îi anunță pe părinții lui, dar aceștia decid să nu îi spună nimic băiatului. Era vorba de un sportiv și lucrurile aveau să meargă bine timp de câțiva ani, în afara câtorva parestezii ocazionale. În timpul vacanței, se împrietenește cu un băiat care suferă de scleroză în plăci. Creierul lui știa undeva adevărul, inconștient. Anul următor a aflat că tânărul acela era internat în spital. Într-un timp, el era în continuare bine, în ciuda diverselor afecțiuni... până când, într-o zi, în timp ce se uita la televizor la un documentar despre scleroza în plăci, își dă seama că are multe dintre simptomele acelei boli. Se duce la medic, care îi confirmă bănuielele. Certitudinea bolii îl tulbură foarte tare. Secretul dezvăluit dintr-o dată are o încărcătură emoțională

mult mai puternică decât dacă ar fi fost cunoscut, deoarece diagnosticul negat acționase în inconștient.

(Exemplu relatat de Claude Sabbah într-o conferință despre biologia totală).

Un medic i-a spus unei paciente: "Atenție! După ce vei avea cel de-al treilea copil, există riscul să mori!" În următoarea generație, cea de a treia fiică dintre copii și următoarele, nu au avut copii, din diverse motive, deoarece programul genalogic înscrisese în memoria familiei un risc de a muri.

Medicii ar avea mult de câștigat dacă ar face o pregătire pentru a învăța cum să anunțe un diagnostic dificil, iar pe de altă parte, pacienții ar avea de câștigat dacă ar relativiza puterea medicului, împiedicând astfel efectele dezvoltării bolii lor. Un caz celebru este cel al jurnalistului american Norman Cousins.

În anii 1970, medicul lui Norman Cousins i-a dezvoltat acestuia că suferă de o boală cronică degenerativă și foarte dureroasă, spondilartrită anchilozantă. În plus, i-a spus că mai are doar câteva luni de trăit. Primind vestea, Norman Cousins a acceptat diagnosticul, dar s-a revoltat contra prognosticului, considerând că nimeni nu putea estima astfel momentul morții sale. Observând faptul că răsul îl ajuta să doarmă, fără morfină, se închidea uneori în camera lui, departe de orice persoană negativă, pentru a se uita la filme comice și astfel s-a vindecat de boala lui groaznică. Apoi a devenit pasionat de studiul relațiilor psiho-neuro-imunologice și s-a pregătit pentru numeroase studii urmărind să demonstreze faptul că anticiparea unui eveniment fericit, gestionarea stresului sau optimismul pot crește numărul celulelor imunitare, pot diminua numărul recidivelor și chiar pot scădea mortalitatea, în cazul unor boli grave. Rezultatele acestor studii au fost publicate în cartea sa, "Biologia speranței".

O participantă la un seminar ne-a vorbit despre străbunica ei, iată ce ne-a spus:

Străbunicul meu avea patima jocurilor de noroc. Făcuse deja destule prostii, dar când a jucat și a pierdut casa familiei, cu toată mobila din ea, străbunica s-a supărat rău. Era o femeie rațională, care nu se lăsa bătută cu una cu două. A luat cu ea toți copiii și și-a părăsit soțul spunând: "Nu avem nevoie de bărbați! Putem să ne descurcăm foarte bine și fără ei!" Și astfel a format o familie matriarhală, compusă aproape exclusiv din femei! În familia noastră, femeile sunt foarte independente și nu trăiesc prea mult în relație cu un bărbat. Și, studiind genograma am observat că nu există decât un singur băiat în rândul fraților. Și, imediat ce se naște un al doilea băiat, acesta moare în câțiva ani... Când l-am născut pe cel de-al doilea băiat al meu, mi-a fost foarte frică, deoarece știam că doar un băiat putea să supraviețuiască. Și într-adevăr, băiatul cel mare a avut un accident mortal, când era adolescent..."

În această familie este ca și cum doar un singur băiat avea "dreptul" să trăiască, singurul admis pentru a asigura descendența familiei...

Astfel, cuvintele puternice pot avea consecințe asupra mai multor generații. Fiți foarte atenți la felul în care sunteți influențați de oameni!

CAPITOLUL 8

INFLUENȚA PSIHOGENEALOGIEI ASUPRA ALEGERII PARTENERLIIOR

Iubirea de sine

Mai întâi trebuie să învățăm să ne iubim pe noi înșine. Iar respectul de sine este legat de ceea ce am primit din familia noastră, ca imagine de sine, fie că este una valorizantă, fie că este devalorizantă.

Povestea următoare s-a întâmplat în timpul unui curs pe care l-am animat. Isabelle, o participantă foarte frumoasă, plină de viață și emanând un soi de noblețe, își povestea copilăria. Născută într-o familie burgheză foarte înstărită, răsfățată, iubită

și chiar adorată, Isabelle evoca o copilărie de vis. *"Fiecare zi, povestea ea, era o aventură. Părinții și bunica mă adorau și îmi îndeplineau toate capriciile. Erau foarte buni. Mă trezeam și adormeam plină de alinturi."* În timp ce povestea, mai multe persoane își mărturiseau disconfortul și invidia. Una dintre ele a izbucnit în lacrimi și a spus: *"Copilăria mea a fost un infern!"* Isabelle i-a răspuns. *"Doamne, e vina mea... Eu și vanitatea mea!"* Povestindu-și povestea îi făcea pe ceilalți să o invidieze și mai ales să simtă nostalgia unei copilării care ar fi putut fi diferită și care a trecut. Eu am adăugat: *"O copilărie ca a ta, Isabelle este extraordinară. Îți conferă o încredere în tine incredibilă. Dar din păcate acest lucru se întâmplă foarte rar"* Discuția despre copilărie a fost reluată cu entuziasm și a fost foarte benefică pentru toți participanții.

Dacă uneori invidia poate fi un factor de emulație care îl confruntă pe cel care o simte cu dorința de a-și depăși condiția, atunci când obstacolele realității sunt prea dure, când eșecurile se repetă sau apar aspirații, când persoana în cauză trebuie să se resemneze cu o viață oarecare, riscă să se lase dominată de invidie. Invidia acționează ca o otrăvă care poate distruge persoana ce o simte. Invidia este deci un simptom al unui respect de sine scăzut. Dragostea de sine își află originea în copilăria timpurie și chiar și în felul în care am fost imaginați și concepuți, chiar înainte de a ne naște. (A se vedea referitor la acest subiect capitolul 2 despre programele genealogice și proiectul parental).

Nu ne îndrăgostim de oricine!

Alegerea partenerului este foarte strâns legată de configurarea familiei noastre și de trecutul acesteia. Astfel, multe cupluri se formează în funcție de lipsurile din istoria personală sau cea a familiei. Ne căutăm mama, tatăl, fratele, sora, un fondator al familiei etc. când de fapt adevărata întâlnire amoroasă nu ar trebui să umple anumite găuri, ci să fie o împlinire reciprocă. După cum spune atât de frumos Jacques Salomé: *"principala miză a unei relații amoroase este aceea de a ieși din ea mai frumos și mai plin de viață!"*

Credeți că căsătoriile "aranjate" nu mai există în societatea noastră? Vă înșelați! Inconștientul nostru alege adeseori o persoană oglindă, cel sau cea a cărei constelație familială de origine ne este familiară – același prenume, aceleași boli, același tip de copilărie, aceleași traumatisme... - și cu care vom lucra sau vom urmări aceeași problemă. Atomii care se adună nu înseamnă dragoste... ci sunt mai degrabă, adeseori conflicte care se recunosc. De fapt, "ne potrivim" cu conflictele noastre, iar atât de căutata dragoste la prima vedere pune în evidență o mulțime de asemănări frapante. De obicei observăm acest lucru atunci când avem timp să-l urmărim. De asemenea, putem constata că de fapt sunt mai mult de două persoane care se întâlnesc: există doi arbori genealogici care recunosc unul în celălalt trăsături familiare.

Când s-au cunoscut, Sabine și Sebastian au simțit imediat o atracție irezistibilă unul față de celălalt și au trăit imediat o iubire pasională. Genealogiile fiecăruia au dezvăluit asemănări tulburătoare. Tații lor au același prenume, mamele au aceeași zi de naștere. Sabine și sora ei au fost crescute ca două gemene și la fel a fost și în cazul lui Sebastian, între el și fratele lui fiind doar 10 luni diferență, iar mama lui se amuza îmbrăcând copiii la fel, ca și cum ar fi fost gemeni. Amândoi au ales același domeniu profesional și au avut probleme de sănătate în copilărie. La câțiva ani după căsătorie au trecut printr-o perioadă dificilă, de diferențiere.

O strategie frecventă pentru a suda un cuplu este aceea de a înfrunta inamici comuni. Și ce mijloc este mai bun pentru a găsi obstacole și adversari, decât acela de a sfida o interdicție familială sau chiar socială?

Decizia lui Paul de a deveni preot a fost contestată de părinții lui și criticată de frații și verii lui. A cedat sub presiunile acestora, dar a ales ca soție o femeie de o altă naționalitate, deși părinții lui erau foarte xenofobi. În același timp a contrazis dintr-o dată și gurile rele care îl considerau homosexual. S-a aliat cu soția lui, care fusese la rândul ei respinsă, împotriva familiei și a părinților lui. Împreună au făcut front comun împotriva tuturor celor care se opuneau relației lor, devenind și mai legați prin acest lucru.

Cu timpul, anturajul lui Paul a acceptat-o pe soția acestuia, mentalitățile s-au mai îmblânzit și a simțit tot mai puțin atracție față de soția lui. Atunci a divorțat și a început din nou același proces! De fapt, singura modalitate pe care o cunoaște – sau care pare să-l intereseze – pentru a intra în relație cu o femeie este aceea de a sfida o interdicție. Astfel, a sedus o colegă mai tânără, al cărei șef era, într-un mediu de lucru foarte conservator. O folosește pentru a obține informații despre alți angajați și pentru a-i manipula, fiind atent totuși să o și recompenseze. Dată fiind diferența de vârstă, lipsa de etică de care dă dovadă în rolul lui ierarhic și situația delicată în care îi pune pe toți colegii de serviciu, care au descoperit până la urmă situația, toate lucrurile există pentru a-și face câțiva dușmani. Și când se află totul este ca o explozie la locul de muncă! Paul e fericit: nu poate fi cu adevărat îndrăgostit decât în situații complicate. De altfel și fiul lui va repeta, în generația următoare, același "pattern" amoros.

Căutarea unui partener dintr-o cultură diferită poate avea și alte semnificații, precum nevoia de a ieși din cercul familial din care te-ai simțit exclus și respins sau pentru a căuta noi rădăcini mai bogate, pe plan afectiv, intelectual sau social, decât cele din grupul de origine. O diversitate echilibrată, cu afinități, este garanția unui cuplu sănătos și constructiv. În sens invers, pot exista strategii inconștiente pentru a evita formarea unui cuplu adevărat sau pentru a-i programa eșecul. De exemplu, prea multe asemănări riscă să ducă la o relație de tip frate-soră, iar prea multe diferențe, la faptul că, în cele din urmă, cei doi nu pot forma un cuplu, deoarece nu se potrivesc.

Un teren propice pentru secrete

Viața sentimentală poate fi presărată de probleme și constituie un teren fertil pentru secrete: homosexualitate, incest, avorturi, adulter, bisexualitate, iubiri imposibile, copiii nelegitimi, viol, infidelități etc. astfel, există tot soiul de strategii inconștiente pentru a încerca să conturăm "destinul"... De exemplu, dacă este vorba despre infidelitate, un descendent ar putea încerca să o evite prin faptul de a nu se căsători, fiind infidel pentru a nu fi trădat (perpetuând astfel tema) sau evitând

orice formă de viață sentimentală... Celibatul se poate explica uneori și printr-o programare căsătorie = trădare.

O femeie și-a pierdut soțul la câteva luni după nașterea primului lor copil, un subiect dureros care a devenit apoi tabu. Copilul va avea dificultăți în a se căsători, deoarece, inconștient, îi este teamă că își va pierde partenera, imediat ce va avea un copil. Și, dacă va reuși, proprii săi copii vor trăi cu riscul de a alege, din aceleași motive, celibatul. Programarea asociază în acest caz nașterea unui copil cu decesul partenerului.

Alegerea partenerului se face uneori în funcție de cineva care personifică iubirea pierdută sau visul unui strămoș, mai ales dacă acel vis nu a putut fi exprimat în cuvinte.

Julien în jurul vârstei de patruzeci de ani, s-a îndrăgostit de o tânără dansatoare de 25 de ani. Dincolo de faptul că este foarte frumoasă, fascinația lui se explică și prin faptul că tatăl lui nu putuse să devină balerin și, pentru a face pe plac părinților lui, își alesese o meserie "serioasă". Astfel, Julien reactualizează, prin intermediul acelei tinere, visul tatălui său și încearcă cumva să îl împlinească.

Iată alte câteva exemple:

Mamei lui Emilie i-a căzut pur și simplu cu tronc Pierre-Luc, prietenul fiicei sale. Deși îl cunoaște puțin, îi laudă calitățile și meritele. Când Emilie vrea să iasă cu alți băieți, trebuie să suporte criticile mamei ei, care o ceartă tot timpul. Presiunea pentru ca ea să rămână cu acel băiat este atât de puternică încât, un an mai târziu, Emilie se căsătorește cu Pierre-Luc, spre marea mulțumire a mamei ei. Emilie avea să descopere mai târziu că, mama ei, fusese obligată, sub presiunea propriei sale mame, să rupă prima ei logodnă, cu un băiat care semăna mult cu Pierre-Luc, atât ca fizic cât și ca temperament. Atunci și-a dat seama că acționa în funcție de legătura ratată a mamei și nu conform propriei sale dorințe.

O tânără s-a îndrăgostit de un pilot de avion. Mai târziu, a descoperit un secret în familia ei: bunica ei avusese o aventură cu un pilot în timpul războiului. Și inconștient ea s-a supus dorinței bunicii ei aducând la lumină acel secret.

Adeseori, secretele de familie ne sperie, deoarece ne confruntă cu faptul că nu trăim întotdeauna propria noastră

viață. Scopul oricărei vieți ar trebui să fie realizarea aspirațiilor celor mai profunde, deoarece acest lucru eliberează descendenții de obligația de a-și consacra timpul prețios pentru a încheia lucrurile neterminate.

Un exercițiu util este reconstituirea genealogiei amoroase, identificând diversele scenarii de cuplu din istoria familiei, ajungând până la cuplul străbunicilor. Cum s-au întâlnit cuplurile din familia voastră? Care au fost obstacolele pe care le-au întâmpinat? Cum au evoluat aceste relații? Care au fost dificultățile lor? Cât timp au durat aceste relații? Cum s-au încheiat? Astfel veți găsi informații importante care vă vor ajuta să înțelegeți mai bine și să vă dezvoltați mai bine viața amoroasă.

CAPITOLUL 9

INFLUENȚA PSIHOGENEALOGIEI ASUPRA ALEGERII PROFESIEI, STATUTULUI SOCIAL ȘI A PROSPERITĂȚII

Banii reprezintă motorul societății noastre. Din punct de vedere economic, avem nevoie de ei pentru a ne procura bunurile de bază, precum și un anumit confort. Dacă atât de mulți oameni își doresc să câștige la loterie, înseamnă că banii reprezintă, dincolo de accesul la un anumit lux, puterea de a decide ce facem, fără a depinde de altcineva, o anumită libertate. Ne petrecem mai bine de o treime din viață muncind și fiecare își dorește pentru sine și -să sperăm- pentru copiii lui, o slujbă care să-l împlinească, să-l valorifice și să fie bine plătită. Totuși, a-ți găsi propria cale nu este întotdeauna atât de ușor! O profesie cu care ne simțim bine este cea care repară trecutul nostru sau cel al strămoșilor noștri, de care suntem legați. Din contră, o muncă care nu ne place, nu are legătură cu trecutul nostru. Dacă ați ales o profesie legată de sănătate, căutați în familia voastră dacă nu a existat un strămoș bolnav și

pe care ați fi vrut să-l îngrijiți. Dacă lucrați cu copiii, care este de fapt copilul de care aveți grijă?

Bernard este profesor la școala primară, de mai bine de 20 de ani. Își iubește profesia, pe care crede că a ales-o din dragoste față de cunoaștere și din dorința de a o transmite și afirmă că își iubește elevii ca și cum ar fi copiii lui. Făcându-și genograma, constată că tatăl lui și-a pierdut tatăl la vârsta de nouă ani... la fel ca și el. Și își dă seama că se simte atât de bine având acea profesie deoarece, într-un fel, are grijă de toți copiii de nouă ani care ar putea să-și piardă tatăl la acea vârstă critică, cel puțin de copiii din familia lui. În fiecare zi, mai repară puțin din trauma tatălui său, precum și din trauma lui, de când erau copii.

Un factor care contribuie la sărăcie sau la prosperitate

Sărăcia este o programare familială ce rezultă de obicei prin existența unor preferințe față de unii copii, în defavoarea celorlalți, formând astfel o competiție între ei și antrenându-i pe cei mai puțin iubiți spre eșec. Altfel spus, se poate întâmpla ca strămoșii să interzică prosperitatea pentru unii dintre descendenții lor. Aceste preferințe care instaurează o luptă în rândul urmașilor sunt de obicei legate de avariția afectivă, financiară și intelectuală a părinților.

Solidaritatea puternică a familiei este o caracteristică a multor familii care au succes pe plan financiar. Este o solidaritate marcată adeseori prin repetarea prenumelor din tată în fiu, sau un atașament puternic între membrii familiei. Astfel păstrează și fructifică capitalul între ei, în timp ce familiile care nu reușesc să prospere își transmit resursele unor persoane străine. Astfel, descendenții sunt sortiți eșecului.

Un bărbat i-a interzis fiului său să se căsătorească cu o femeie dintr-un oraș vecin, considerat rivalul propriului său oraș. Fiul îndrăgostit trece peste interdicția tatălui și se căsătorește. Mai târziu, copiii și nepoții vor avea tot timpul urcușuri și coborâșuri financiare, strângând sume importante pe care apoi le pierd imediat, ratând puținele ocazii de afaceri. Pe scurt, nu pot ajunge la prosperitate.

Există și alte strategii care pot duce urmașii la sărăcie. Un strămoș cheltuitor sau care joacă jocuri de noroc, face în așa fel încât nu va transmite nimic urmașilor săi și îi supune la o permanentă dificultate financiară sau la unele pierderi. Un om avar și lacom transmite mai departe această moștenire negativă, deoarece reține resursele și respinge ajutorul atât cât poate, este blocat într-un mod cronic! De altfel, această "sărăcie financiară" este de obicei însoțită de sărăcia afectivă, intelectuală și spirituală. Blocând schimbul, antrenează un ciclu în care primește puțin, lucru care justifică în ochii săi faptul că are nevoie să păstreze totul pentru el. Avarul nu transmite decât în ciuda voinței lui depozitele sale financiare, adică după ce moare și mai mult: i se întâmplă să-și ascundă atât de bine banii, încât aceștia vor fi de negăsit, adică pierduți pentru urmașii lui. Va antrena astfel probleme financiare sau menținerea unui raport de subalterni, în cazul urmașilor săi.

Există legături și între bani și afectivitate sau sexualitate. Astfel, a dărua un cadou sau bani cuiva înseamnă a "investi" în planul afectiv al acelei relații. A retrage o moștenire este învers, a-ți retrage susținerea și dragostea. Dificultățile legate de bani reflectă adeseori dificultăți pe plan sexual, deoarece ambele aspecte guvernează relațiile între persoane și sunt apropiate, pe plan material și corporal. Astfel, copilul care trăiește o agresiune sexuală ajunge să considere raportul să cu banii ca fiind pervertit, din cauza acelui fapt. Agresorul, asemenea unui vampir "îi fură" copilului energia vitală și creativitatea. Această interdicție sexuală există în toate civilizațiile, este un act împotriva vieții, foarte distructiv.

Recâștigarea capacității de a prospera necesită uneori demersuri la fel de minuțioase precum căutarea unei comori! În acest sens, Elisabeth Horowitz propune, printre alte repere, acela de a găsi locul în care am fost concepuți, loc care de obicei este diferit de cel în care ne-am născut. Deoarece totul se joacă în momentul concepției noastre, mai mult decât în momentul nașterii. Dacă mergem în locul în care am fost concepuți și luăm puțin pământ, dacă găsim o hartă a acelui loc, putem face demersuri eliberatoare pe plan inconștient. Acolo a început totul, pentru noi acolo este centrul lumii!

Un alt lucru pe care îl putem face atunci când trăim o situație financiară precară, care se repetă este acela de a încerca să înțelegem situația economică a părinților noștri în momentul în care am fost concepuți. Un copil care vine pe lume „într-un moment nepotrivit”, într-un context legat de șomaj sau de o incertitudine financiară și, care devine apoi o povară din punct de vedere economic, o gură în plus de hrănit, va avea un program genealogic diferit, pe planul prosperității, de cel al unui copil care se naște atunci când situația economică a părinților este înfloritoare și stabilă.

Unii copii pot fi astfel asociați cu sărăcia: copiii crizei. Iar alții cu bogăția: copiii fericirii. Situația economică dificilă a părinților ar putea de asemenea avea drept consecință oprirea dezvoltării unuia sau mai multor copii, chiar o regresie. Vestea bună este că putem să ne trăim creativitatea și să prosperăm după ce ne vom rezolva toate programările negative care ne împiedică reușita financiară și profesională.

Alegerea unei profesii

Alegerea profesiei nu se face la întâmplare. Veniturile generate de diversele profesii determină modul de viață. Există o cultură profesională asociată fiecărei profesii, care formează diferite moduri de gândire. Exercițarea unei meserii care ne place este propice dezvoltării prosperității financiare. Totuși, deși, în mod conștient, părinții își doresc de obicei ca copiii lor să aibă acces la un statut social mai bun, pe plan inconștient, acest lucru este amenințător pentru ei, mai ales dacă profesia aleasă este foarte diferită de meseriile exercitate în arborele genealogic. Nu numai că pot îngreuna, fără să-și dea seama, împlinirea profesională și, în consecință cea financiară, a urmașilor lor, dar chiar și aceștia, din fidelitate față de familie, poate să-și limiteze posibilitățile sau chiar să-și rateze cariera.

Un bărbat s-a lansat în afaceri, dar nu a reușit, deoarece nu era plătit de către clienții lui. Studiind arborele său genealogic, pe tema profesiei, s-a constatat că toți strămoșii lui fuseseră muncitori. În plus, familia lui îi privea pe cei bogați cu un amestec de admirație și neîncredere, fiind subînțeles faptul că bogații au făcut avere prin mijloace necinstite. Era ca și cum

ar fi plătit un tribut pentru un soi de trădare a originilor sale proletare.

Un tată inginer, specialist în construcția de poduri, voia ca fiica lui, Claudine, să devină inginer la fel ca și el. Claudine s-a revoltat împotriva acestei alegeri predeterminate și a devenit psihoterapeut. Deși își iubește profesia, aleasă de ea, simte o insatisfacție imensă și este nevoită să își închidă cabinetul, care nu mergea bine. Apoi a încercat diverse specializări, fără însă să reușească să fie mulțumită. Până la urmă a descoperit osteopatia și a fost o revelație pentru ea! A făcut toate formările necesare pentru a se specializa în osteopatie. A părut și succesul și a fost asaltată de clienți. Când am întrebat-o ce anume îi place atât de mult în acest domeniu, mi-a explicat faptul că, scheletul este suportul pentru toate organele, iar prin el putem trata întreg corpul. Astfel, făcea de fapt o legătură cu fidelitatea față de tatăl ei, când declara entuziasată că, osteopații sunt într-un fel, inginerii corpului!”

Acest exemplu pune în lumină riscurile injuncțiilor parentale și consecințele posibile atunci când un copil se îndepărtează de calea trasată de un părinte. Pentru a nu eșua pe plan profesional, poate fi util să găsim un mod de a integra alegerea părintelui în propria profesie, așa cum a făcut persoana din exemplul de mai sus, sau putem integra acest aspect în hobby-urile noastre. Claudine ar fi putut de asemenea să își consacre o parte din timpul său liber inițierii în inginerie, în construcția structurilor sau oricărei alte activități legate de profesia practică de tatăl ei.

Există într-adevăr un soi de "brazdă" profesională care trasează calea urmașilor. Genograma este foarte grăitoare în acest sens: putem găsi astfel fidelități identitare ("În familia noastră, suntem avocați, profesori, funcționari sau olari din tată în fiu...), alternanțe reparatorii (infractori și judecători, care se succed de la o generație la alta), opoziții și membrii ai familiei care se diferențiază complet de ceilalți (de exemplu, un sindicalist în mijlocul unei familii devotate afacerilor). Când ne simțim bine cu profesia noastră înseamnă adeseori faptul că, ocupația noastră "repară" treutul nostru sau trecutul strămoșilor noștri. Iată un exemplu care demonstrează efectul reparator al unor meserii.

În urmă cu patru generații, la sfârșitul secolului al XIX-lea, străbunica a descoperit într-o pădure din apropierea casei, corpurile a doi dintre cei trei copii ai ei, devorate de lupi. Cadavrele erau de nerecunoscut, sfâșiate în bucăți. În generația următoare, copilul supraviețuitor a devenit măcelar, urmând tradiția acelei meserii. Își pregătea carnea cu măiestrie și nu suporta să vadă o bucată de carne prost tăiată. În următoarea generație, fiul cel mare alege meseria de croitor pentru bărbați. Este specialist în croirea costumelor la comandă. În generația colegei mele, fratele ei este medic. Mai exact chirurg, alegând ca specialitate chirurgia plastică și reparatorie. Colega mea își câștigă existența din comerț. Este proprietara unui magazin de haine și nu unul oarecare. Pe firma acestuia este scris: "Articole din piele" (A se vedea Sellam, p.204)

Ce poveste fascinantă, în care alegerea profesională a descendenților este tributară suferinței trăite de strămoși. Tentativele de reparare simbolică cunosc chiar o progresie tot mai elaborată.

Diversitatea meseriilor și a profesiilor exercitate de către strămoșii noștri determină moduri de viață diferite. Care sunt meseriile exercitate în familie? Care sunt motivele pentru care membrii familiei și-au ales anumite meserii? Cum a evoluat viața lor profesională? Care au fost consecințele pozitive sau negative? Există un strămoș care nu a putut să-și exercite profesia sau să urmeze profesia pe care și-o dorea dintr-un anumit motiv, de exemplu din cauza lipsei de bani, din obligația de a se ocupa de un alt membru al familiei sau un alt motiv și care ar fi putut transmite unuia dintre urmașii săi misiunea de a exercita acea profesie în locul lui? Există un secret de familie care a putut condiționa alegerea acelei profesii?

Acelei fete i se ascunsese faptul că era adoptată. Crezuse întotdeauna că părinții săi adoptivi erau părinții ei biologici, chiar dacă într-un fel simțea, într-un mod nedefinit, că nașterea ei era legată de un secret. A devenit jurnalist, profesie care caută prin excelență adevărul.

În serialul televizat „Fortier”, din Québec, scenarista Fabienne Larouche a creat un personaj psiholog, care lucrează cu forțele de ordine pentru a găsi și a aresta criminalii

psihopați. Motivația sa, pentru alegerea acestei profesii a fost faptul că ea însăși fusese violată de un polițist. Serialul a cunoscut un succes atât de mare deoarece respectă legile psihice care se bazează pe trecutul familiei și traumatismele acesteia, iar publicul recunoaște inconștient faptul că această ficțiune reflectă un proces real, lucru care îl ajută să se identifice cu personajul.

Nevroza de clasă

Vincent de Gaulejac a demonstrat o teză conform căreia trecutul nostru familial ne influențează traiectoria socială. Familiile pun în practică tot felul de strategii pentru a evita să-i lase pe copiii lor să iasă din clasa socială în care se află, ceea ce ar însemna să nu mai evolueze în același univers, să se îndepărteze. Astfel, vor ca aceștia „să se căsătorească cu persoane din aceeași lume”, să-și respecte statutul, le spun că banii nu aduc fericirea etc. Fără să mai vorbim despre injuncțiile nemărturisite, cele care de fapt exprimă: „Eu am muncit, am suferit la fel ca tine, fă și tu la fel, nu profita de ceea ce eu nu am avut!”... și, urmașul, din fidelitate, se supune. Unii mor, au un accident, se îmbolnăvesc, sunt escrocați exact în momentul în care erau pe cale să reușească. În fața atâtor obstacole, cine mai speră că are strămoși aristocrați sau că va câștiga la loterie?

Pentru a câștiga un titlu, bani și, bineînțeles, toate privilegiile sociale legate de acest statut. Dar visele nu pot schimba realitatea socială...

Privilegiile unora și privațiunile altora duc la diferențierea claselor sociale precum și la violențe obiective, precum inegalitatea, nedreptatea și exploatarea sau violențe subiective, precum umilirea, disprețul și aroganța. Toate acestea se traduc în registrul psihologic (imagini valide sau invalide despre propria persoană, furie, sentiment de inferioritate, de ură, invidie, condescendență...), verbal (vocabulary, tonul vocii, credința că nu ești suficient de bun pentru cineva, reproșuri adresate partenerului, pentru lipsa lui de cultură...), corporal (ținuta, vestimentația, rezerva, rigiditatea, prestanța, distanța menținută în spațiu...). Violența stăpânilor față de servitori, a aristocraților față de popor este

înscrisă în memoria celor dominați. Aceste raporturi de putere au dus la lupte sociale puternice, timp de generații, luptă care există și în familii, prin conflictele de valoare sau atunci când membrii unui cuplu provin din medii sociale diferite.

Vincent de Gaulejac a observat faptul că foarte rar ne depășim părinții, ca statut social. Este ceea ce el a denumit „nevroza de clasă”. Copilul care încearcă să se ridice, datorită studiilor, riscă să aibă acte ratate, de exemplu „va uita” să se prezinte la examenul final. Pentru a depăși această situație, trebuie ca tânărul să aibă acordul de a-și depăși părinții. Iată un exemplu grăitor, relatat de judecătorul André Ruffo.

„Un băiat de 15 ani fusese arestat pentru trafic de droguri. Tatăl lui se afla în închisoare, ispășind o pedeapsă grea, iar băiatul era convins că trebuia să urmeze aceeași cale ca și tatăl lui. I-am spus: Nu sunt sigur că și tatăl tău vrea să-i calci pe urme și să fii și tu închis.” Știam că, în închisoare, tatăl băiatului urma să aibă o terapie și mi-am dat seama că puteam să îl chem și pe el la discuția cu băiatul său. Într-o zi a venit, cu cătușele la mâini și cu lanțuri la picioare și i-a spus plângând fiului său că nu era obligat să devină ca el... După ceva timp, tânărul a început să se intereseze de psihoterapie. Avusese nevoie de permisiunea tatălui său, permisiunea de a fi diferit. Poate acesta este cel mai important lucru pe care îl sublinia Françoise Dolto: a-ți onora părinții nu înseamnă a fi ca ei, ci a fi tu însuți”. (F.Dolto și Ruffo, p.26-27)

Rolul traumelor sociale și istorice

Războaiele, crizele economice, contextul politic sunt situații istorice și sociale care provoacă unde de șoc și afectează foarte multe familii pe plan sentimental, profesional și mai ales economic.

Boem și influențat de literatură, Antonio provine dintr-o familie care a avut multe încurcături cu dictatura puterii din țara sa. Bunicul și tatăl lui fondaseră o afacere familială prosperă, fiind considerați oameni de vază și având un nivel de viață peste medie. Opunându-se regimului politic din acea vreme, bunicul lui a fost închis și apoi împușcat, fiind acuzat de complot. Sufocat de hățișul birocratic apoi amenințat în cele din urmă de autorități, tatăl său a fost obligat să închidă afacerea

familiei. Antonio, împreună cu fratele său și cu un grup de prieteni, va face parte din mișcarea de rezistență. Fratele său și mai mulți prieteni sunt închiși. El îi va ajuta să evadeze, însă unii dintre ei vor fi prinși și împușcați. Până la urmă, Antonio a fugit în altă țară, unde a devenit... funcționar la Ministerul Finanțelor. Ciudată alegere pentru acest literat pe care ni l-am fi imaginat mai degrabă profesor de literatură sau de istorie! Însă există un soi de logică care îi explică parcursul... Fiind în conflict cu autoritatea din țara lui, ce alt mijloc mai bun ar fi putut găsi pentru a se răzbuna, decât acela de a se ascunde, asemenea unui cal troian, în mijlocul ei? A studiat cu mare atenție legile țării sale și și-a găsit o slujbă în care să poată fi la curent cu banii guvernului. Găsea o plăcere răutăcioasă în a sabota munca guvernului, în mii de feluri subtile și incontestabile, în a întârzia anumite procedee și a critica sau a disprețui totul cu un cinism de gheață. Se situa tot timpul la limita legii, fiind mereu în conflict cu superiorii lui, care nu puteau face mare lucru pentru a-l determina să se potolească, deoarece Antonio era angajat permanent și protejat de un sindicat, fiind în același timp reprezentantul unei minorități vizibile, pe care era mai bine să nu o marginalizezi sau să o critici. Au existat așadar modalități deschise de a recupera într-un fel o anumită revanșă asupra puterii și a reprezentanților acesteia, oricare ar fi ei, deși acest lucru a fost în detrimentul creativității sale și a ființei sale. Antonio pretinde că e fericit, dar în fond este rănit și trist.

Iată un alt caz care ilustrează influența generațiilor trecute asupra alegerii profesiei, numită și traiectorie socială.

Părinții Annei au fugit din țara lor din cauza războiului și au suferit din cauza rasismului în țara lor adoptivă. Suferă o mulțime de traume despre care nu se vorbește. Tatăl este muncitor. Mesajul înscris în cea de a doua generație este cel preluat de Anna: "Trebuie să muncești din greu pentru a supraviețui și să strângi din dinți, fără să te plângi". Iar cum, în opinia lor, bogăția este asociată cu necinstea, morala lor pretinde, în mod paradoxal să muncești din greu, dar mai ales, să nu fii bogat! Anna face curățenie prin diverse case. Fiul ei este funcționar, la fel ca tatăl lui. Se epuizează muncind, sacrificându-și familia și sănătatea, este un adevărat

"workaholic". În ciuda muncii grele, nu se simte niciodată cu adevărat în largul lui, pe plan financiar și muncește multe ore suplimentare, mult prea mult raportat la salariul pe care îl primește. I-ar plăcea mult să fie pe cont propriu, dar toate tentativele lui de a se lansa în afaceri eșuează unele după altele, lucru de înțeles de altfel, deoarece nu poate fi inovativ și întreprinzător din cauza secretelor de familie. În generația următoare, nepotul Annei are multe probleme în a-și găsi locul pe plan profesional. Își schimbă opțiunile școlare de mai multe ori și nu are parte de încurajarea tatălui său, care îl consideră "leneș", refuzând să îl ajute pe plan financiar pentru studii și chiar disprețuindu-l, deoarece, pe plan inconștient, este amenințător pentru el ca fiul său să reușească acolo unde el a eșuat. Nepotul este foarte bun în domeniul științei, singurul domeniu în care curiozitatea este acceptată în psihogenealogia lui, dar deocamdată este portar și muncește ca gunoier în loc să meargă la universitate...

În această traiectorie, avem impresia că, din generație în generație, modelul nu se schimbă. Munca este valorizată, dar nu trebuie să fie plătită. Fiul Annei, ajungând funcționar are un salariu mai bun, pe care însă îl reduce, consacrand un număr prea mare de ore muncii sale. Deși situația lui financiară a progresat, mentalitatea lui a rămas a celui care câștigă foarte puțin. Prin faptul că nu își încurajează fiul, se asigură astfel că acesta nu va reuși mai bine pe plan financiar... și astfel poate nu va descoperi secretele familiei. Astfel, pot fi găsite tot soiul de strategii pentru a-i face pe descendenți să eșueze, chiar dacă, conștient spunem că vrem ca ei să reușească. Reușita se bazează pe o solidaritate familială puternică, prin circulația - și nu prin blocajul - banilor și a informației, lucru caracteristic familiilor prospere.

În acest caz, cuplul fondator are o problemă de blocaj, nimic nu circulă: există o sărăcie afectivă, intelectuală și financiară. La limită, această familie face în așa fel încât să transmită câteva lucruri dobândite, celor străini de propria lor genealogie. Descendenții eșuează încă de la început, acest lucru reprezentând de fapt o formă de abandon deghizat.

O rețetă bună pentru a reuși

Iată o rețetă bună pentru a reuși.

Alegeți un prenume sau un nume care evocă succesul, fie că e vorba despre un prenume pentru copil, sau de a vă schimba prenumele sau numele firmei pe care o aveți. De exemplu, cântăreața Lara Fabian a fost numită astfel de către mama ei, după numele eroinei din filmul de succes, *Doctor Jivago*. Iar cântecul din film se numește *Cântecul Larei*, fiind foarte cunoscut. Jacqueline Bouvier poartă deja un prenume de succes: ne putem gândi la Jacqueline Bisset, Jacqueline Boyer, Jacqueline Harpman... Iar o dată cu soția președintelui Kennedy, prenumele atinge apogeul. Apoi este purtat de cea care devine bogata Jackie Onassis... Lovitura secolului!

Alegeți un domeniu care are sens pentru voi, lăsați-vă conduși de instinct! Urmați un domeniu profesional în care a reușit un strămoș important de-al vostru sau un domeniu de succes pentru arborele vostru genealogic. De exemplu, dacă vă place muzica, dar niciun membru al familiei voastre nu a cântat niciodată, sprijiniți-vă pe influența istorică a unuia sau mai mulți cântăreți celebri, care au marcat acest domeniu. Afișați-i fotografia, studiați-i biografia, inspirați-vă din exemplul său pentru a vă propulsa! Dacă în plus, această profesie vă ajută să vă dezvoltați creativitatea, este foarte bine, în termeni psihogenealogici.

Găsiți obstacolele din psihogenealogia voastră și deprogramați-le! Acordați-vă dreptul de a vă depăși părinții și de a reuși acolo unde părinții voștri au eșuat.

Dacă, în plus sunteți susținuți necondiționat în ceea ce faceți, de către unul sau mai mulți apropiați, reușita voastră este aproape sigură! Veți putea astfel evolua și veți putea trece de la o muncă "de supraviețuire" la o profesie care să vă placă, pe care să o alegeți, dar care să conțină și câteva constrângeri pentru a ajunge la final la opera creatoare unică, ce există în fiecare dintre noi.

CAPITOLUL 10

INFLUENȚA PSIHOGENEALOGIEI ASUPRA SĂNĂTĂȚII

Venim pe lume cu un corp, de care avem nevoie pentru a acționa, a intra în relații, pe scurt, pentru a evolua și a ne dezvolta. Sănătatea este o preocupare individuală și socială primordială, deoarece de ea depind de fapt toate activitățile noastre. Impactul istoriei familiei asupra sănătății și a declanșării bolilor este o temă atât de vastă, încât nu o pot dezvolta, bineînțeles într-un singur capitol. De aceea, vă sfătuiesc, dacă vreți să aflați mai multe despre această temă, să consultați cărțile recomandate la final.

De la boală la lipsa de comunicare

Mult timp, boala a fost definită ca fiind o ruptură de echilibru care duce la o disfuncție fizică sau mentală, iar simptomele sunt tratate doar cu medicamente. Doar în ultimul timp, boala a început să fie considerată drept un mesaj pe care inconștientul îl transmite persoanei în cauză, un soi de semnal comparabil cu o sonerie de telefon sau cu cutiuța poștală care se mișcă pe ecranul monitorului de la calculator, pentru a vă avertiza că aveți un mesaj. Când sună telefonul sau se mișcă acea cutiuță, înseamnă că aveți un mesaj. Dar, în mod ciudat, nu știm să deschidem și să citim mesajul pe care ni-l trimite spiritul prin intermediul corpului nostru sau printr-o afecțiune psihică. Astfel încât, de obicei avem nevoie de un traducător – un preot, un terapeut, un medic- care să ne descifreze afecțiunea, în funcție de specialitatea lui.

Doctorii Ryke Hamer, Gerard Athias și Claude Sabbah susțin faptul că boala este răspunsul perfect al creierului la un stres foarte mare, un răspuns adaptat, de o precizie perfectă. Și cum un stres foarte mare prelungit ar duce în cele din urmă la epuizare și la moarte, creierul preferă să transfere stresul într-un program special care se numește boală și să prelungească astfel

viața persoanei în cauză. Altfel spus, creierul nostru ne preferă mai degrabă bolnavi decât morți! și nu întâmplător o anumită persoană va avea o anumită boală... Fiecare boală corespunde, spun ei, unui conflict psihologic precis: este domeniul analizei psihosomatie, numită și noua medicină sau biologie totală, o abordare nouă, ce devine tot mai cunoscută în ultimii ani. Este inutil să precizăm că această nouă teorie, deși se bazează pe sute de exemple documentate, se lovește de o rezistență puternică în mediile medicale tradiționale.

De exemplu, pentru un medic convențional, diabetul corespunde unei dereglări a pancreasului, acesta nu secretă destulă insulină în sânge, astfel încât zahărul nu este absorbit suficient și rămâne în exces în sânge. Zahărul fiind asociat în cultura noastră cu tandrețea și cu dragostea, analiza psihosomatică leagă aceste simptome de un stres simțit ca o lipsă de dragoste, asociată cu rezistențe care duc la dezechilibru. Artitra, care se caracterizează prin inflamații și rigiditate, corespunde unui simțământ de furie și de tristețe, care induce închidere și rigiditate. Cuvântul cheie este simțământ. De altfel, aceeași situație stresantă nu va avea același efect asupra a două persoane, fiecare având un simțământ propriu. Astfel, de exemplu, trei bărbați care își descoperă soția în pat cu un alt bărbat pot avea trei reacții diferite: primul poate simți acest lucru ca pe o pierdere de teritoriu (celălalt bărbat i-a *luat* soția!), și poate face o criză cardiacă, al doilea se poate simți vinovat și devalorizat (este vina mea, nu sunt destul de bun pentru ea) și poate trăi o depresie, iar ultimul poate simți o mare ușurare, deoarece el nu îndrăznește să-și părăsească soția și nu suferă de nicio afecțiune fizică. Analiza psihosomatică pune de asemenea în evidență legăturile dintre emoții și corpul fizic, iar boala poate fi o reacție la aceste relații.

Pista transgenerațională

Psihogenealogia arată faptul că memoria și fidelitățile familiale invizibile circulă în familii antrenând același tip de boli, care apar la aceeași vârstă și uneori duc chiar la deces, la aceeași vârstă. Conflictul psihologic al părintelui devine uneori conflictul biologic al copilului, care astfel exprimă un program elaborat de un urmaș al său. Pe de altă parte, unele secrete sunt

înscrise în corpul descendenților prin apariția unor boli specifice, care astfel dezvăluie trecutul ascuns.

Doi părinți au venit să mă consulte cu privire la fiica lor, Maxime, de nouă ani, care suferă de enurezie nocturnă. Medicii nu au găsit nimic anormal și viața fetei s-a desfășurat în continuare fără nicio problemă gravă de adaptare. Când i-am întrebat dacă există și alte persoane în familia lor care au suferit de aceeași problemă, am aflat că tatăl și bunica paternă au suferit de aceeași afecțiune, care a dispărut de la sine, în ambele cazuri, la vârsta de 14 ani. Stabilind genograma familiei, am constatat că Maxime era legată de tatăl ei și de bunica ei. Atunci am vrut să aflu mai mult despre prima manifestare a problemei, în cazul bunicii. I-am cerut tatălui să o întrebe pe mama lui, care era încă în viață, ce consideră ea că a determinat apariția bolii. La următoarea ședință, tatăl s-a întors răvășit de ceea ce aflase. Mama lui îi spusese că a fost „pipăită”, cum s-a exprimat ea, timp de ani de zile de către unchiul ei și doar în momentul apariției ciclului menstrual, la vârsta de 14 ani, acesta a lăsat-o în pace. Dacă ne gândim la biologie, știm că toate mamiferele care trăiesc în grup, își marchează teritoriul. De exemplu, lupii care trăiesc în haită urinează în diverse locuri pentru a le indica celorlalți membri ai grupului, teritoriul care le aparține lor. Chiar și câinele domestic și-a păstrat aceste reflexe ancestrale și urinează în locuri precise, în timpul plimbării sale, nu pentru că vrea să urineze, ci pentru a-și marca teritoriul. Dar ce se întâmplă atunci când ceilalți câini nu respectă aceste limite și îi invadează teritoriul? Creierul câinelui îi spune ceva de genul: „Probabil că mirosul nu este suficient de puternic, trebuie să urinez și mai mult, pentru a le arăta clar celorlalți că nu trebuie să intre pe teritoriul meu.” Și astfel se duce de mai multe ori în aceleași locuri! Bunica lui Maxime a suferit timp de ani de zile din cauza abuzului unchiului ei, o agresiune pe care a trăit-o ca pe o invadare a propriului său teritoriu. Creierul ei a dat atunci un semnal: să facă pipi mai des, mai ales în cursul nopții, pentru a-l avertiza clar pe invadator: „Acesta este teritoriul meu! Este interzis să intri aici!” Dar pentru că semnalul nu a fost respectat, enurezia continuă, până când unchiul ei încetează să o mai atingă. Simptomul, care nu mai are niciun motiv să apară, va dispărea la vârsta de 14 ani. Acest

stres, fiind păstrat secret, va rămâne în memoria familiei și se va transmite de la un copil la altul, fiecare având enurezie, până la vârsta de 14 ani... apoi nepotului. Este ca și cum secretul „ar lucra” într-un mod subteran, pentru a ieși la suprafață. Am scris pentru Maxime o poveste metaforică, punând în scenă trecutul familiei ei, ilustrat de un cățeluș, al cărui bunic nu reușise, mult timp, să-și păstreze teritoriul intact. Cățelușul a înțeles că problema nu era a lui, că el era pur și simplu fidel poveștii bunicului său și poate să înceteze să mai facă pipi peste tot, deoarece acum situația s-a rezolvat. Explicația problemei se află în poveste, care astfel acționează pe planul inconștientului. I-am spus tatălui să-i povestească fetei această poveste, în fiecare seară, înainte de culcare. După 10 zile, Maxime nu a mai făcut pipi în pat!

Iată un alt exemplu al acestui efect de cascadă.

Străbunica familiei fusese pe punctul de a fi îngropată de vie, rămânând apoi cu o spaimă îngrozitoare. Bunica a trăit cu frica irațională de moarte. Mama suferă de astm, care a apărut la vârsta adultă. Cât despre fiul ei, acesta suferă de astm încă de la naștere. Plămânii și respirația simbolizează suflul vieții. A nu mai respira, înseamnă a muri. De aceea astmul este o transpunere biologică perfectă a fricii de moarte.

Găsirea sensului bolii este prima etapă din procesul de vindecare, după cum reiese și din exemplul următor.

O doamnă a venit la consultație pentru copilul ei autist și m-a întrebat ce ar putea să însemne acest refuz de a comunica. I-am răspuns că, de obicei, în analiza psihosomatică, acest lucru înseamnă faptul că, este posibil să fi existat, în genealogia maternă sau paternă, sau în ambele, copiii pe care familia voia să îi uite, să îi nege, să îi respingă și despre care nu se vorbește. Mi-a confirmat imediat: „Da, am descoperit faptul că tatăl fostului meu soț are o fiică nelegitimă, pe care refuză să o recunoască, iar fostul meu soț are un fiu din prima lui căsătorie, pe care însă nu vrea să îl vadă. Spunea adeseori că acest copil nu ar fi trebuit să existe. Bineînțeles, aceste lucruri sunt ascunse, secrete.”

Fiecare boală își găsește cauza într-un conflict psihic. Un infarct de miocard, numit de obicei, criză cardiacă, poate fi legat de o pierdere de teritoriu, iar eczema de un conflict de

separare, laringita, de un sentiment refulat, neexprimat etc. Există mai multă lucrări care abordează acest aspect psihogenealogic, menționate la finalul cărții.

Dirijorul care conduce muzica vieții

Între gândire și corp, există un calculator puternic care face legătura dintre cele două părți și al cărui obiectiv ultim este acela de a păstra individul în viață, în fiecare moment: acest calculator este creierul. Compus din o sută de miliarde de neuroni și încă și mai multe sinapse, creierul poate efectua milioane de operații... „Există destule zaharuri sau nu... trebuie să dezvoltăm oasele... Să trimit hormoni pentru ovulație... Să contract cutare mușchi și să-l decontract pe altul... etc.” Se poate estima că creierul face parte din calculatoarele din a 14-a generație, în timp ce NASA nu e decât la a 5-a generație!

O altă caracteristică: creierul nu face diferența între real (de exemplu, o lipsă reală de bani), imaginar (frica de lipsa de bani, deși ai destui). Pentru creier, un stres prea puternic riscă să se transforme în boală, în funcție de ceea ce simte persoana în cauză. De exemplu, cineva care se teme de moarte va face crize de astm, cineva care se simte devalorizat și vinovat suferă de depresie, cineva care spune că nu poate suporta ceva, va face ulcer stomacal... Prădătorii s-au schimbat mult, acum nu tigrii sau avalanșele de zăpadă amenință viața omului modern, ci șomajul, rupturile amoroase. Pe scurt, toate preocupările psihologice, la fel ca și virusii și microbii. Gândirea acționează ca un al șaselea simț care aduce informații suplimentare creierului. Iar acesta le tratează la fel ca pe informațiile materiale. Gândirea complexă este instrumentul care a ajutat specia umană să supraviețuiască cu succes, ca specie. Avantajul nostru față de animale, care nu au decât soluția materială pentru a-și rezolva conflictele, constă în faptul că noi, oamenii, putem să ne vindecăm prin gândire și rațiune. Totuși, acumulăm mai multe conflicte decât ele și suntem, pe departe, specia cea mai bolnavă.

Conexiunea spirit-corp de abia începe să fie înțeleasă de către cercetători. Deci, când îi adăugăm în plus memoria transgenerațională, ne regăsim în fața unei abordări a sănătății care va fi mai mult decât o evoluție, va fi o adevărată revoluție! Va fi, fără îndoială, medicina de mâine.

CAPITOLUL 11

POSSIBILE CĂI PENTRU A NE ELIBERA DE TRECUT

Întoarcerea în timp

Cunoașteți toate acele povești din filme, despre o mașină a timpului, cu ajutorul căreia eroul se întoarce în trecut pentru a schimba un aspect nedorit și pentru a îmbunătăți astfel prezentul? Ei bine, o astfel de mașină există, este genograma, însoțită de ancheta genealogică!

Mulți oameni întrerup comunicarea cu familia lor deoarece nu sunt de acord cu aceasta. Nu vor să semene cu cei din familie, le este frică să nu repete un „pattern”, au trăit un eveniment ca fiind nedrept sau pur și simplu nu se simt bine în familia lor. Alții fug departe de familia lor, din punct de vedere geografic. Însă am văzut faptul că moștenirea noastră familială ne urmărește, este în noi iar fuga sau îndepărtarea nu sunt o soluție. Ceea ce nu înseamnă însă că nu se poate face nimic. Se pot vindeca rănilor arborelui genealogic, se pot întrerupe programele negative și se pot încheia astfel transmișerile negative. Dar pentru acest lucru este nevoie să acceptăm să realizăm o anchetă genealogică și să redesenăm istoria familiei apoi să o analizăm, să o decodăm pentru a putea face apoi gesturi eliberatoare și a evita repetițiile nedorite.

Acest parcurs aproape inițiativ ne va ajuta să ne împăcăm cu inconștientul nostru, prin deschidere și evoluție: mai întâi printr-o deschidere spre moștenirea psihică, o conștientizare și o acceptare a conținutului inconștientului, atât în aspectele lui luminoase cât și în cele întunecate, lăsându-l astfel să-și elibereze potențialul. Și veți face acest demers pentru voi, dar și pentru copiii și pentru urmașii voștri.

Primul pas- regăsirea trecutului

Jung spunea: „Ceea ce nu ajunge la nivelul conștiinței, se întoarce sub formă de destin”. Și invers, putem pune capăt repetițiilor negative aducând la nivel conștient evenimentele care au declanșat procesul. De aceea prima etapă constă în regăsirea trecutului, a moștenirii, precum și a afectelor care o

însoțesc, a emoției stărnite de evenimentul traumatic. Simplul fapt de a-ți regăsi trecutul, te ajută să începi o schimbare. Iar apoi vei putea, nu doar să-ți regăsești moștenirea psihică nefastă, ci și refaci legătura cu strămoșii tăi puternici. De aceea ancheta genealogică este o etapă determinantă.

Partea cea mai grea, este fără îndoială, dezvăluirea unui secret, deoarece mai întâi trebuie să știi că există! Ancheta genealogică are drept scop identificarea și ruperea legii tăcerii, dezvăluirea secretului. În unele cazuri, se poate presimți că există un secret, fără însă să fie posibil accesul la informații. Se poate încerca stimularea memoriei inconștiente prin terapie prin artă sau analiza viselor. Dacă nu găsim informații noi, soluția constă în a renunța la aflarea unui secret.

Exprimarea în cuvinte a ceea ce s-a întâmplat, folosirea cuvintelor corecte

„Ființa umană este o ființă a limbajului” spunea Françoise Dolto. Prin comunicarea verbală, de zi cu zi, se dezvoltă un copil. Prezența verbală este esențială pentru om, din momentul concepției și de-a lungul existenței sale. O exprimare adevărată, „un cuvânt corect”, structurează persoana, trăirile ei, simțămintele ei, imaginarul acesteia. Ceea ce înțelege Françoise Dolto prin „cuvântul potrivit” înseamnă găsirea unor cuvinte care să exprime adevărul despre ceea ce s-a întâmplat. Tăcerile, lucrurile rămase nespuse sau cuvintele înșelătoare pot cauza decepții, confuzii, afecțiuni și devitalizare, chiar dehumanizare.

O experiență crudă s-a petrecut atunci când, Psammetic I, regele Egiptului, din secolul al VII-lea înainte de Christos, voin să cunoască limbajul „natural” al oamenilor, le ordonase doicilor unor bebeluși să nu le vorbească deloc. Scopul experimentului „științific” era acela de a vedea ce limbaj vor folosi copiii. Regele bănuia că aceștia vor folosi cel mai vechi limbaj din lume, altfel spus, limba de origine a omenirii. Însă nu a aflat niciodată care a fost prima limbă a omenirii, deoarece toți bebelușii au murit în câteva luni... Limbajul este esențial pentru ființa umană.

Cuvintele au puterea de a vindeca.

O fetiță de 4 ani, născută pe data de 26 aprilie, avea mereu același coșmar, în care era urmărită de un monstru, apoi se trezea tușind, urlând și sufocându-se. Într-o zi, la o ședință de terapie, a desenat monstrul: o mască de scafandru cu o trompă de elefant... Era o mască de gaz, din războiul din 1914-1918, deși nu văzuse niciodată așa ceva și nu i se vorbise nimic, nici măcar despre război! Desenând arborele genealogic, s-a descoperit că a existat un frate al unuia dintre bunici, care a murit gazat, la Ypres, pe data de 26 aprilie, 1915. Mama i-a povestit fetei poveste aceluia soldat, a asigurat-o că este în siguranță și că războiul se terminase. Copilul și-a recăpătat astfel somnul liniștit. (Van Eersel și Maillard, p.21)

Boris Cyrulnik afirma: „pentru a metamorfoza oroarea, trebuie să creăm legăturile prin care se exprimă emoțiile”. Orice situație trăită în suferință, întrecut sau în prezent, trebuie exprimată prin vorbire. Nedreptățile, morții care nu au putut fi onorați, secretele rușinoase, situațiile neterminate, traumatismele etc. Trebuie să fie spuse și povestite.

Serge Tisseron relatează cazul lui Philippe, în vârstă de 13 ani, căruia i se ascunsese faptul că tatăl lui se sinucisese aruncându-se pe fereastră. Ca din întâmplare, copilul se gândea tot mai mult la moarte și în plus dezvoltă o fobie pentru spațiile goale, cu teama de a nu cădea pe fereastră. A convins-o pe mama lui să dezvăluie secretul, pentru a pune capăt acestor angoase neliniștitoare și pentru a preveni trecerea la actul sinucigaș. (Tisseron, p.175)

Exprimarea verbală, restituind experiențele și explicându-le, ne ajută să ne opunem repetiției scenariilor de viață.

Refuzarea unei misiuni, renunțarea la ea

Ni se întâmplă să ne atribuim inconștient misiunea de a-i vindeca pe părinții noștri sau de a le realiza aspirațiile, în loc să le realizăm pe ale noastre. Renunțarea conștientă la repararea problemelor părinților noștri și la a mai lua asupra noastră ceea ce le aparține lor, este cu siguranță ușor de zis dar greu de făcut! Însă este cea mai bună metodă de a deconecta acest gen de transmisiune. Este vorba despre a pronunța cuvintele:

„Începând de acum, renunț la această misiune, acest proiect, acest conflict (îl numiți). Nu este al meu! Eu am propria mea viață de trăit!”

Claude Sabbah povestește, pentru a ilustra acest lucru, povestea unei femei care căra o valiză ce nu îi aparținea, dar despre care credea că este a ei, o căra din gară în gară. Era o valiză grea și o făcea să întârzie de fiecare dată când trebuia să schimbe trenul, până într-o zi când și-a dat seama că nu era de fapt valiza ei și că, din greșală, luase valiza altcuiva... A renunțat imediat la ea! Ni se întâmplă astfel să cărăm bagajele altora sau chiar a mai multor persoane!

Aceste poveri pot proveni de asemenea de la persoane decedate. Faptul de a recunoaște suferința morților, dorințele lor secrete, realizările lor neterminate și de a le înapoia misiunile pe care le-au transferat în inconștientul clanului familial, este metoda cea mai eficientă de a ne repune propria viață pe calea evoluției. Dacă este posibil, puteți merge la mormântul acelor strămoși, pentru a le lăsa simbolurile a ceea ce au trăit sau ar fi vrut ei să facă. După acest demers veți simți o mare eliberare.

Recadrarea evenimentului

Recadrarea constă în a ne schimba punctul de vedere asupra unei situații și a o vedea dintr-un alt unghi, pentru a-i înlătura încărcătura negativă. Totul ține de percepție. Sinuciderea, de exemplu, poate fi văzută ca un act rușinos, care îl descalifică pe cel care o face sau ca un act de curaj, ca semn al afirmării liberății sale. Un copil nelegitim poate fi considerat o tară care pătează onoarea familiei sau o sursă de forță și de dragoste, în fața conformismului social.

O altă modalitate de a recadra evenimentul este aceea de a elabora o nouă lectură a propriului trecut, care să nu fie dominată de problema responsabilității (cine este *vinovat*?) ci mai degrabă de cea a înțelegerii (ce s-a întâmplat?). astfel, în medicina modernă, nu există victime și nu există vinovați. Există doar legile biologiei. Și, ca în fizică, nimic nu se creează, nimic nu se pierde, totul se transformă. Este suficient să conștientizăm ceea ce circulă în memorii.

Un gest care întrerupe repetiția

În timpul unui curs, o participantă, schițându-și genograma, a descoperit o repetiție tulburătoare, cu privire la datele deceselor: tatăl ei murise de inimă, pe data de 2 iunie, unchiul din partea mamei a avut un accident mortal pe data de 12 mai, iar bunica ei a murit apoi, în urma unei operații, pe data de 2 iunie... În acel an urma ca și ea să fie operată, tot pe 2 iunie, dată fixată de chirurg. A amânat data operației, care a reușit.

Schimbând acea dată, femeia a întrerupt astfel repetiția. În alte situații, poate fi necesar să te eliberezi de o tulburare legată de timp. Cele mai frecvente cazuri sunt cele ale persoanelor depresive care trăiesc în trecut, gândindu-se mereu la evenimente trecute, pe care nu le pot schimba, comparând prezentul lor nefericit cu trecutul fericit, fiind mereu întoarse spre trecut. Iar timpul normal pentru creier este viitorul deoarece este programat pentru a asigura momentul ce urmează, clip de clipă. Acești oameni trebuie să își schimbe preocupările în ocupații, să își facă proiecte. Realizarea unui proiect înseamnă a te proiecta în viitor și a-i da un sens.

Poate fi necesară și o deplasare în plan geografic, pentru a te elibera sau pentru a evita un blocaj. De exemplu, dacă constăți că trăiești o formă de incest geografic, este posibil să acționezi părăsind locul familial. Elisabeth Horowitz afirmă că este prima decizie pe care ar trebui să o luăm când ne aflăm într-un impas personal. Mai ales, să evitați să vă întoarceți să locuiți în locul în care v-ați născut, existând riscul de a regresa!

În alte cazuri, poate fi necesar să te întorci la punctul de plecare pentru a-ți regăsi elanul de la început sau energia pozitivă, adică să te întorci într-un loc asociat cu evenimente fericite, întâmplări chiar înainte ca lucrurile să stagneze sau să se deterioreze.

Hamer, Athias și Sabbah propun următorul proces pentru a realiza deconectarea de o boală.

Găsirea conflictului legat de boală și a simțământului față de acel conflict.

Conștientizarea adusă de decodarea bolii va crea o mișcare mentală.

Putem spune bolii să dispară pentru a inversa procesul acesteia sau pentru a aplica o soluție de depășire materială, realizând un gest concret.

Este important să avem certitudinea absolută că va exista o vindecare. Deoarece îndoiala poate împiedica acest proces.

O femeie trăiește o mulțime de frustrări pe plan sexual, în urma divorțului său, lucru care duce la apariția unui cancer de col uterin. O soluție pe care o poate concretiza în realitate pentru a-și rezolva conflictul, este aceea de a întreprinde demersuri pentru a întâlni un alt bărbat.

Uneori, nu putem suprima conflictul, dar putem să îl depășim. O persoană poate, de exemplu, să planteze un copac pentru a se relaționa altfel cu un copil mort la o vârstă foarte mică, pentru care nu a reușit să încheie doliul. Acest act simbolic va fi foarte benefic pentru ea.

Ritualul simbolic

Printre gesturile pe care le putem face în mod conștient pentru a deprograma o transmitere negativă, se numără și ritualul simbolic. Inconștientul lucrează mereu cu ajutorul simbolurilor. Ne vorbește prin vise, acte ratate, lapsusuri etc. Folosind simbolizarea și ritualul, putem folosi limbajul inconștient și putem obține astfel rezultate. Simbolul este un obiect cărui îi atribuim un sens, o semnificație, care poate fi intermediar, suport al cuvintelor sau al unei acțiuni, sub formă de ritual. Acesta constă în a reda un gest, în a realiza un demers, a pronunța niște cuvinte într-o ordine precisă, asemănătoare unei ceremonii, plasându-ne în context și având emoții eliberatoare. Nu este vorba despre executarea unor gesturi mecanice, lipsite de emoție, pentru a „scăpa” de problemă! Adevărata deconectare survine atunci când persoana în cauză întreprinde ceea ce medicina nouă numește „o eliberare”. Acest moment apare în timpul unei conștientizări când totul se clarifică dintr-o dată, într-un moment de emoție eliberatoare, datorat, printre altele, unui demers concret, precum un ritual.

Elisabeth Horowitz relatează cazul unei tinere fete al cărei tată îi spunea mereu: „Parcă ai tărațe în cap”. O astfel de programare poate avea ca efect afectarea vieții intelectuale a

descendenților (aceștia nu se vor simți inteligenți) sau chiar poate pregăti o situație în care unul dintre urmași va avea, în sens literal „tărățe în cap”, de exemplu în timpul unui accident. Pentru a se deconecta de acel cuvânt puternic, Elisabeth Horowitz îi sugerează femeii să meargă la tatăl ei, cu un craniu de plastic plin de țărâțe și să îi spună: „Uite! Acum chiar că am țărâțe în cap!” și să îi dea acel simbol. (Horowitz, 2000, p. 251)

Iată mărturia unei cursante:

Tatăl meu ne spunea tot timpul, ca un laitmotiv, toată copilăria: „suntem săraci, micuții mei”... Cum credeți că am putea fi bogați, când timp de 20 de ani am auzit mereu acest lucru? Am avut tot felul de probleme pentru a avea un trai decent, din munca mea, rușind să am strictul necesar, nu îmi lipsește nimic, dar sunt tot timpul limitată de câștigul meu, nu reușesc să am o îndrăzneală financiară. În Quebec acest lucru se poate numi ”a trage diavolul de coadă”. Până la urmă m-am decis să îi înapoiez tatălui meu acele cuvinte nefaste, pe plan simbolic, scriindu-le și arzându-le. Pe lângă asta, am pregătit un portofel mic, asemănător celui în care își ținea el mărunțișul, în care am pus câteva monede de aur. Atunci am ars hârtia pe care erau scrise cuvintele negative, pentru a deconecta injuncția și am eliberat din portofel monedele de aur, pentru a le pune în circulație, în loc să le închid. Imaginați-vă să am avut trei încercări pentru a reuși să ard hârtia aceea! Deși era o bucată de hârtie banală! După acel ritual, viața mea profesională s-a îmbunătățit mult și am reușit să trăiesc foarte bine din activitățile mele.

Psihodrama

Psihodrama a fost creată de Moreno, la începutul secolului XX. Este o formă de terapie inspirată din metodele psihologiei sociale, fondată pe practica jocului colectiv dirijat, ca într-un teatru viu. Fiecare evocă și joacă situații din trecutul său, recent sau îndepărtat, din viața sa sau din viața strămoșilor săi. Îi solicită pe ceilalți participanți pentru a juca anumite roluri. Grupul este ca o cutie de rezonanță și, în mod ideal este condus de doi terapeuți: un animator și un observator, care își alternează rolurile. Scena poate pune în evidență emoțiile refulate, efectele și, eventual, pot apărea amintiri uitate sau refulate.

Terapia prin artă (desen, scris...)

Terapia prin artă este o disciplină care folosește expresia artistică pentru a efectua un demers introspectiv sau terapeutic. Poate fi folosit orice mediu artistic: scris, desen, pictură, modelaj, dans, muzică etc. pentru a da o formă imaginarului, emoției, romanului familial... Activitatea nu trebuie să fie încadrată ca un curs, ci să fie spontană, pentru a lăsa inconștientul să se exprime liber. Rezultatul estetic este mai puțin important.

Oricare ar fi mijlocul folosit, se declanșează o cunoaștere inconștientă, care are ca rezultat întâlnirea cu universul psihic. Inconștientul proiectat pe hârtie, pe pânză, masca realizată sau alte informații, amintiri, emoții pot fi apoi interpretate de persoana în cauză și de terapeutul care o însoțește.

CONCLUZII

Am văzut că purtăm în noi o moștenire psihică ce constituie prelungirea generațiilor anterioare în arhitectura personalității noastre. Psihogenealogia are ca scop găsirea acestor amprente, bune sau rele, trasarea moștenirii psihice a familiei, neutralizarea încărcăturii negative pentru a favoriza dezvoltarea potențialului său. Compatibilitatea familială inconștientă ține cont atât de cei morți cât și de cei vii. O dată deconectați de programele genealogice negative, putem să ne reappropriem moștenirea constructivă, să avem acces la unicitatea noastră și să eliberăm opera creatoare din noi.

Deși știința se arată- și probabil va fi mult timp astfel – sceptică, chiar sarcastică, putem accepta ca ipoteză acest lucru. Fiecare familie are destule dovezi în trecutul ei. Memoria este baza identității. Oare deviza în Quebec nu este „Îmi amintesc”? deoarece un popor, la fel ca un individ, nu se poate construi fără memorie.

Prin acest demers putem răspunde la întrebarea „Cine sunt?” știu de unde vin și știu cine sunt! Această transformare poate duce spre o libertate autentică.

LEXIC

Act – document care constată un fapt (act de stare civilă) sau înregistrează o declarație.

Strămoș (strămoașă) – bunicul sau bunica.

Strămoși – totalitatea strămoșilor

Primul născut

Ascendent – strămoș direct din generația precedentă

Botez – ritual care marchează intrarea unui individ în viața creștină.

Mezin – cel mai mic copil din familie. Ultimul născut.

Ramură – parte a arboreului genealogic. Se poate vorbi, de exemplu, de ramura maternă sau ramura paternă.

Cadet – cel de-al doilea născut

Colateral – rudă descendentă dintr-un strămoș comun. Rude provenite dintr-o altă ramură. De exemplu, un văr.

Consanguin – rudă din partea tatălui. Doi copii născuți din același tată, dar din mame diferite sunt numiți frați consanguini

Conștient – parte a psihicului care organizează datele trimise de simțurile noastre și de memorie într-o cunoaștere imediată, pe care o are fiecare cu privire la existența sa, la actele sale și la mediul înconjurător.

Credință – gândire cristalizată, rigidă care folosește ca barem de referință și direcționează comportamentele oamenilor.

Criptă – descendent al familiei care este purtător al fantomei.

Grad de rudenie – număr care ajută la măsurarea rudeniei dintre doi membri ai unei familii.

Descendență – totalitatea persoanelor născute dintr-un inivid sau un cuplu (copii, nepoți etc)

Endogamie – căsătorie între indivizi proveniți din același loc.

Copil de înlocuire – copil conceput sau adoptat, pentru a înlocui un copil mort prematur, fără ca doliul pentru primul copil să fie încheiat.

Ingramă – urmă lăsată în memorie, de către orice eveniment, în funcționarea bioelectrică a creierului.

Înregistrare – inscripție într-un registru public a actelor notariale.

Exogamie – căsătorie între indivizi provenind din locuri diferite.

Fantomă – reminiscența unui secret nemărturisit, de la un ascendent spre un decscendent, din a treia sau a patra generație.

Filiație – legătură de rudenie care îi unește pe ascendenți de descendenți.

Genealogie – câmp de studiu care are ca obiect cercetarea originilor și a compoziției unei familii.

Generație – fiecare grad succesiv al unei filiații: bunicii, părinții, copiii, nepoții... În medie, timpul care separă o generație, se evaluează la 25 de ani. Așadar există în medie, 4 generații într-un secol.

Genogramă – reprezentarea grafică și comentată a arborelui genealogic al unei familii.

Omogamie – căsătorie între indivizi având același nivel social.

Îlegitim – în afara căsătoriei.

Incest – legături sexuale directe între membrii familiei, de prim grad, sau indirecte, între membrii familiei prin alianță.

Inconștient - parte a psihicului care conține toate cunoștințele, toate amintirile, toate dorințele noastre și tot conținutul psihic refulat în afara conștiinței.

Inconștient familial – memorie colectivă care cuprinde totalitatea experiențelor și cunoștințelor acumulate de către toți membrii familiei.

Linie – linie directă care leagă o persoană de un strămoș al ei.

Loialitate familială invizibilă – fidelitate inconștientă care îi leagă pe copii de strămoșii lor.

Matronim – nume de familie transmis de mamă.

Parentelă – totalitatea rudelor vii ale unui individ, la un moment dat.

Parentificare – inversiune prin care copilul devine responsabil de bunăstarea părintelui, ca și cum ar fi părintele părinților lui, pe plan psihologic.

Parohie – teritoriu supus autorității spirituale a unui preot.

Posteritate – totalitatea descendenților unei persoane. Când o persoană nu are descendenți, se menționează „fără posteritate”, f.p

Program genealogic – totalitatea informațiilor codate în memoria familială, care se transmit la mai multe generații.

Proiecție – operație prin care o persoană îi atribuie unei alte persoane o pulsione pe care nu o poate accepta la ea însăși.

Proiect parental – proiecție făcută de părinți asupra copilului lor.

Psihogenealogie – studiu al raportului dintre trecutul familial și evenimentele, situațiile cu care ne-am confruntat.

Recensământ – operațiune administrativă care constă în numărarea populației. Aceste documente pot oferi multe informații despre o familie.

Registre parohiale – registrele parohiilor în care sunt notate botezurile, căsătoriile, înmormântările.

Surse – documente consultate pentru stabilirea unei genealogii și a unei istorii familiale.

Redarea subtilă a unui secret – manifestări verbale sau nonverbale care îi scapă deținătorului unui secret și dezvăluie astfel fragmente dintr-un secret sau existența acestuia.

Sincronia datelor sau sindromul aniversar – repetarea evenimentelor asemănătoare, în aceeași perioadă – și chiar aceeași dată – când a avut loc un traumatism inițial, ceea ce induce așa numitele perioade fragile

CUPRINS

INTRODUCERE	3
CAPITOLUL 1 - LEGILE PSIHICE	6
CAPITOLUL 2 - PROGRAMELE GENEALOGICE	10
Efectul proiectului parental	
asupra traiectoriei vieții	11
Copilul care înlocuiește pe cineva	13
Programul codat de către prenume	14
Alte exemple de programe genealogice	17
CAPITOLUL 3 - BAZELE GENEALOGIEI	19
Alianța cuplului stă la baza genealogiei	19
Structura logică a familiei	21
Loialitatea familială invizibilă	24
CAPITOLUL 4 - TIMPUL GENEALOGIC –	
REPETIȚIILE ȘI SEMNIFICAȚIILE LOR	27
Sindromul aniversar sau sincronia datelor	27
Repetarea traumatismelor	28
Repetițiile legate de deces	30
Repetarea prenumelor	30
Repetarea datelor de naștere	31
Programare/ deces/ concepție	31
Tema rivalităților între frați	32
Repetarea datelor de căsătorie	32
Repetarea separărilor/divorțurilor/rupturilor	
la o vârstă cheie	32
Profesiile	32
Tema sinuciderii	33
Tema vieților duble	33
Tema abandonului	33
Tema dispariției	34
CAPITOLUL 5 - HARTA NOASTRĂ RUTIERĂ	
PENTRU A NE DECODA TRECUTUL:	
GENOGRAMA	34
Adunarea datelor de bază	35
Organismele și site-urile Internet care vă pot fi utile	36
Inițiere în citirea unei genograme familiale	37
Itinerariul transmiterii de la o generație la alta	44
Cum se realizează genograma	45
Cazul copiilor adoptați	48
Ancheta genealogică	48
Dificultățile pe care le puteți întâmpina	51
Cum putem solicita și stimula memoria	52
Rezumat	54

CAPITOLUL 6 - INFLUENȚA SECRETELOR ÎN TRANSMITEREA	
INTERGENERAȚIONALĂ	55
Există secrete bune?	56
Principalele tipuri de secrete	57
Efectele secretului	59
Transmiterea unui secret sau apariția unei fantome	63
Capcana bunelor intenții	67
Dezvăluirea unui secret	71
CAPITOLUL 7 - EFECTUL UNUI CUVÂNT PUTERNIC	
ÎN TRANSMITEREA INTERGENERAȚIONALĂ	75
Ce înseamnă un cuvânt puternic?	75
Câteva exemple istorice	76
Alte exemple de cuvinte puternice	77
CAPITOLUL 8 - INFLUENȚA PSIHOGENEALOGIEI ASUPRA	
ALEGERII PARTENERILOR	79
Iubirea de sine	79
Nu ne îndrăgostim de oricine!	80
Un teren propice pentru secrete	82
CAPITOLUL 9 - INFLUENȚA PSIHOGENEALOGIEI ASUPRA	
ALEGERII PROFESIEI, STATUTULUI	
SOCIAL ȘI A PROSPERITĂȚII	84
Un factor care contribuie la sărăcie	
sau la prosperitate	85
Alegerea unei profesii	87
Nevroza de clasă	90
Rolul traumelor sociale și istorice	91
O rețetă bună pentru a reuși	94
CAPITOLUL 10 INFLUENȚA PSIHOGENEALOGIEI ASUPRA	
SĂNĂTĂȚII	95
De la boală la lipsa de comunicare	95
Pista transgenerațională	96
Dirijorul care conduce muzica vieții	99
CAPITOLUL 11 - POSIBILE CĂI PENTRU	
A NE ELIBERA DE TRECUT	100
Întoarcerea în timp	100
Primul pas- regăsirea trecutului	100
Exprimarea în cuvinte a ceea ce s-a întâmplat,	
folosirea cuvintelor corecte	101
Cuvintele au puterea de a vindeca	102
Refuzarea unei misiuni, renunțarea la ea	102
Recadrarea evenimentului	103
Un gest care întrerupe repetiția	104
Ritualul simbolic	105
Psihodrama	106
Terapia prin artă (desen, scris...)	107
CONCLUZII	107

**Cărțile publicate la Editura Ascendent pot fi comandate
la adresa de e-mail: office@edituraascendent.ro.**

**Pentru orice titlu comandat, vă oferim o reducere de 10%
față de prețul de vânzare în librării.**

Pentru comenzi în valoare de peste 30 lei, taxele poștale de expediere a cărților
vor fi suportate de către editură. În vederea expedierii coletului, vă rugăm să ne
indicați numele, adresa cât și CNP-ul dvs., necesar pentru facturare.

Plata se face ramburs, la primirea coletului.

Pentru alte detalii despre cărțile publicate de noi vă invităm să vizitați site-ul:

www.edituraascendent.ro.



Evoluție prin cunoaștere



Prima revistă de dezvoltare personală și comunicare

www.edituraascendent.ro

E-mail: office@edituraascendent.ro
edituraascendent@gmail.com

Persoana de contact:
Clara Toma- editor/manager
Mobil: 0747085371

*Trăiește
viața în
verde*

*pentru
o planetă
mereu vie*

Tipărit pe hârtie reciclată,
mesajul cărților
rămâne neschimbat,
iar sănătatea noastră
și a planetei pe care locuim
se vor putea schimba în bine!

Rămânem recunoscători
cititorilor care se alătură
inițiativei
Editurii Ascendent
de a tipări pe
hârtie 100% reciclată.

www.viatainverde.eu